Când sufletul este bolnav

Dr. Dmitri Aleksandrovici Avdeev

un psihiatru ortodox despre bolile psihice, alcoolism, narcomanie.



Cuvânt înainte

În antropologia creştină, integritatea personalităţii este văzută în unitatea manifestărilor duhovniceşti, sufleteşti şi trupeşti – şi la această unitate se ajunge doar cu condiţia înrâuririi precumpănitoare a sferei duhului.

După cum spune Sfântul Nicodim Aghioritul, „duhul tău, care Îl caută pe Dumnezeul Cel Ceresc, să stăpânească asupra sufletului şi a trupului, a căror menire este să rânduiască viaţa vremelnică". În această unitate constă sănătatea, starea normală a existenţei omeneşti.

Potrivit afirmaţiei Sfântului Teofan Zăvorâtul, sfera duhovnicească a omului este alcătuită din evlavie şi din viaţa în frica lui Dumnezeu, din conştiinţă, din căutarea lui Dumnezeu.

„Duhul este, întâi de toate, capacitatea omului de a distinge valorile supreme: binele şi răul, adevărul şi minciuna, frumuseţea şi urâţenia. Dacă alegerea în acest domeniu a fost făcută, duhul tinde să supună hotărârii sale sufletul şi trupul. Omul are comuniunea cu Dumnezeu prin duhul său. Fără comuniunea cu Dumnezeu, duhul omenesc nu este capabil să afle un criteriu real pentru definirea valorilor supreme, fiindcă numai Dumnezeu, Care este El Însuşi binele,

adevărul şi frumuseţea absolută, poate arăta hotărârea corectă omului“ (Catehismul Ortodox).

Potrivit celor arătate mai sus cu privire la sferele personalităţii, orice boală are în primul rând o natură duhovnicească, şi de-abia apoi psihofiziologică.

Abordarea duhovnicească a bolnavului – iar pentru mine aceasta este abordarea ortodoxă – nu subminează perspectiva medico-biologică, ci îmbogăţeşte, completează şi desăvârşeşte concepţia despre personalitate.

Cauzele bolilor psihice: perspectiva ortodoxă

„Biserica privește bolile psihice ca pe una dintre manifestările vătămării generale de către păcat a naturii omenești. Distingând în structura personalității nivelul duhovnicesc, cel sufletesc și cel trupesc, Sfinții Părinți deosebeau bolile dezvoltate «din fire» de cele provocate de lucrarea demonică sau de patimile care îl înrobesc pe om. Potrivit acestei distincții, **sunt la fel de nejustificate atât considerarea tuturor bolilor psihice drept manifestări ale îndrăcirii, ceea ce atrage după sine săvârșirea fără temei a rânduielii exorcismului, cât și tentativa de tratare a oricăror tulburări spirituale exclusiv prin metode clinice...**

Boala psihică nu micșorează demnitatea omului. Biserica dă mărturie că și cel bolnav sufletește este purtător al chipului lui Dumnezeu, rămânând frate al nostru, care are nevoie de compătimire și ajutor...“

Din „Bazele concepției sociale a Bisericii Ortodoxe Ruse“

CAUZELE BOLILOR PSIHICE: PERSPECTIVA ORTODOXĂ

Biserica priveşte bolile psihice ca pe una dintre manifestările vătămării generale de către păcat a naturii omeneşti. Distingând în structura personalităţii nivelul duhovnicesc, cel sufletesc şi cel trupesc, Sfinţii Părinţi deosebeau bolile dezvoltate «din fire» de cele provocate de lucrarea demonică sau de patimile care îl înrobesc pe om. Potrivit acestei distincţii, **sunt la fel de nejustificate atât considerarea tuturor bolilor psihice drept manifestări ale îndrăcirii, ceea ce atrage după sine săvârşirea fără temei a rânduielii exorcismului, cât şi tentativa de tratare a oricăror tulburări spirituale exclusiv prin metode clinice...**

Boala psihică nu micşorează demnitatea omului. Biserica dă mărturie că şi cel bolnav sufleteşte este purtător al chipului lui Dumnezeu, rămânând frate al nostru, care are nevoie de compătimire şi ajutor.

Din „Bazele concepţiei sociale a Bisericii Ortodoxe Ruse"

INFORMAȚII GENERALE

Boala psihică reprezintă modificări ale activității creierului, modificări în care psihicul nu se află în concordanță cu realitatea înconjurătoare, ci o reflectă deformat. Bolile psihice se manifestă prin tulburări ale psihicului și comportamentului.

Cum se clasifică bolile psihice? În principiu, psihiatria recunoaște două niveluri de modificări patologice. De primul nivel (sau grupă) aparțin **stările psihotice**. Acestea formează o grupă largă de maladii a căror origine este nepsihogenă (nepsihologică) și care sunt legate de o serie de tulburări genetice, metabolice ș.a. Dintre maladiile fundamentale ale acestei grupe se remarcă schizofrenia, psihoza maniaco-depresivă, psihozele epileptice și senile. Aceste boli se pot derula continuu sau în accese, pot avea o evoluție ștearsă ori manifestă, de gravitate mare sau moderată.

Simptomele tipice ale psihozelor sunt delirul, halucinațiile, tulburările de comportament (mai ales în schizofrenie); tulburările sferei emoționale sub forma maniei sau a deprimării (în psihoza maniaco-depresivă) ș.a.m.d. Cu timpul se poate schimba întreg „aspectul" psihologic al omului.

Cealaltă grupă de boli psihice cuprinde diferitele **tulburări nevrotice**. Trăsătura distinctivă

a acestor afecțiuni este reprezentată de legătura lor cu stressurile, cu circumstanțele psihotraumatizante, cu defectele de educație, cu condițiile sociale.

Spre deosebire de psihoze, în cazul tulburărilor nevrotice, care alcătuiesc așa-numita „mică“ psihiatrie, bolnavii au o atitudine critică față de propria stare psihică, încearcă să se lupte cu problema lor.

Bolile psihice au în multe privințe o evoluție diferită față de cea a bolilor somatice (trupești). Una dintre particularitățile lor este aparenta lipsă a factorului patogen. În schizofrenie și în psihoza maniaco-depresivă lipsesc din creier orice modificări anatomice semnificative. Nici nevrozele nu prezintă defecte vizibile ale sistemului nervos central. În psihozele epileptice și senile, modificările patologice din creier sunt mai degrabă premergătoare tulburărilor psihice decât produse de acestea.

CÂTEVA DINTRE SIMPTOMELE TULBURĂRILOR PSIHICE

Tulburări ale gândirii

Vorbirea dezagregată – tulburarea legăturii logice în vorbire

Incoerența – vorbirea bolnavului reprezintă o „salată de cuvinte", lipsesc conexiunile logice și gramaticale dintre cuvinte

Gândirea sterilă – de obicei este combinată cu logoreea și înlocuiește gândirea și răspunsurile la obiect

Încetinirea ritmului ideativ – este caracterizat prin micșorarea numărului de asociații; bolnavul simte dificultate în interpretarea situațiilor, ideile îi sunt sărace și lipsite de varietate

Accelerarea ritmului ideativ – fenomenul opus celui de mai sus; apogeul său este reprezentat de „fuga de idei"

Mentismul – „potop" patologic de gânduri; în capul bolnavului vin în valuri diverse asociații, fără ca vorbirea lui să capete un tempo diferit

Sperrung (barajul ideativ) – oprire, „pauză" subită în gândire

Ideile delirante – concluzii false, care nu au bază reală și la care bolnavul nu renunță fiind confruntat cu o argumentație logică; se întâlnesc adeseori în clinica schizofreniei; delirul cunoaște numeroase varietăți: delirul de persecuție, de influență, de grandoare, de relație, toxic, de prejudiciu, de gelozie ș.a.

Ideile obsesive – idei a căror apariție a fost condiționată inițial de o situație reală sau de un eveniment real, dar care au fost mai apoi hipertrofiate maladiv; bolnavul își pierde raportarea critică la ele; de regulă le însoțește un sentiment de anxietate, de tensiune interioară

Tulburări ale percepției

Iluziile – perceperea greșită a unor obiecte sau fenomene existente în mod real; cel mai des apar pe fondul tensiunii emoționale, a sentimentului de frică (de pildă, cârpa de spălat pe jos poate să pară un animal necunoscut ș.a.m.d)

Halucinațiile – formă de tulburare psihică în care percepția apare fără un stimul real; omul vede, aude sau pipăie lucruri pe care nu le percep cei din jurul lui; halucinațiile se observă în schizofrenie, în leziuni organice ale creierului, în alcoolism, în narcomanie

Cenestopatiile – diverse senzații apăsătoare, neplăcute, în diferite părți ale corpului, în organele interne; această stare morbidă nu se manifestă prin tulburări neuropatologice vizibile și nici analizele nu descoperă vreun focar de leziune

Depersonalizarea – tulburare a conștiinței de sine, sentimentul subiectiv al modificării propriilor însușiri psihice și fizice

Derealizarea – receptarea morbid-inadecvată a realității înconjurătoare, a obiectelor și fenomenelor din jur

Tulburări emoționale

Depresia – bolnavul are un nivel general scăzut al dispoziției sufletești, se simte obosit, lipsit de vlagă, dă o apreciere pesimistă evenimentelor; nu rareori este insomniac; depresia persistentă poate duce la gânduri și chiar la acțiuni suicidale; depresia este constatată în clinica multor stări psihopatologice; dacă starea depresivă continuă mai mult de două-trei săptămâni, cu oscilații zilnice (dimineața bolnavul se simte mai rău, seara mai bine) și sezoniere (înrăutățire primăvara și toamna), este necesar ajutorul medicului

Mania – dispoziție sufletească anormal de ridicată, însoțită de excitație în mișcare și în vorbire; mania este caracteristică pentru starea maniacală în cadrul psihozei maniaco-depresive

Disforia – dispoziție răutăcios-mânioasă; apare deseori la bolnavii de epilepsie

Apatia – pustietate emoțională, indiferență față de tot ce se întâmplă, față de propria persoană

Autismul – stare de închidere patologică în sine

Scurtă descriere a câtorva boli psihice

Schizofrenia – boală psihică manifestată prin modificări tipice ale personalității. În tabloul clinic al schizofreniei se pot distinge: 1) tulburări de structură a gândirii: disocierea, tendința spre raționamente sterile, fără conținut, „derapaje“ logice, gândire autistă, delir; 2) tulburări emoționale; 3) fenomene de depersonalizare și derealizare; 4) tulburări de percepție (halucinații ș.a.) și o serie de alte tulburări. Schizofrenia este mai curând nu o singură boală, ci o grupă de psihoze reunite sub aceeași denumire, psihoze care pot fi diferite în privința forței și duratei manifestărilor patologice, precum și în privința evoluției. Bolnavii de schizofrenie trebuie să se afle sub observație medicală și au nevoie de tratament specializat.

Psihoza maniaco-depresivă – boală psihică ale cărei semne clinice fundamentale sunt fazele maniacale, depresive sau mixte, ce pot alterna urmând diverse modele. Uneori, în clinica psihozei maniaco-depresive predomină una dintre faze. Particularitatea caracteristică a acestei boli este reprezentată de prezența „intervalelor luminoase“ (stări în care bolnavul este practic sănătos). În perioadele de acutizare este indispensa-

bil tratamentul, iar în perioada dintre accese sunt indicate măsuri profilactice.

Epilepsia – zisă și „boala copiilor", se poate manifesta prin crize convulsive sau prin așa-numitele echivalențe psihice neconvulsive. Acestea din urmă reprezintă crize repetate periodic de disforie, de agresivitate ș.a. În epilepsie există modificări specifice ale personalității: gândirea devine fixată pe amănunte nesemnificative, greoaie. Caracterul bolnavilor este adeseori răzbunător; în el se pot observa trăsături de pedantism exagerat, de punctualitate exagerată.

Bolile „naturale"

De unde apar tulburările și bolile psihice? Vom încerca să facem lumină în această problemă. Există mai multe puncte de vedere. Una dintre cauze este natura omului.

Cuviosul Antonie din Lavra Peșterilor a îngrijit vreme de trei ani un monah bolnav de catatonie (una dintre formele psihozelor), privindu-i starea ca pe o boală, nu ca pe un rezultat al lucrării duhului rău (exemplu citat după prof. T. I. Iudin).

Cuviosul Ioan Scărarul indică anumite semne după care se poate face deosebirea între tulburările psihice de origine duhovnicească și cele care nu cedează în fața rugăciunii și a semnului sfintei cruci, a căror dezvoltare vine, după cum scrie el, „de la fire" (citat după prof. D. E. Melehov).

În cartea „Slujirea pastorală ortodoxă", arhimandritul Kiprian (Kern), vorbind despre psihiatrie, arată că există stări sufletești greu de definit potrivit categoriilor teologiei morale și care nu se încadrează în conceptele de bine și de rău. După părerea autorului, aceste stări țin nu de domeniul asceticii, ci de cel al psihopatologiei, și își au originea în natura individului.

Cuviosul mărturisitor, starețul arhimandrit Gheorghe (Lavrov), care s-a nevoit cândva în mănăsti-

rea Danilov, făcea deosebire cu multă finețe între bolile psihice. Unora le spunea: „Tu, puiule, du-te la doctor", iar altora: „Tu n-ai ce căuta la doctor". Erau și cazuri când starețul, după ce făcea ordine în viața duhovnicească a omului, îi recomanda să meargă la psihiatru sau, dimpotrivă, îi lua unui psihiatru pacienți, „transferându-i" în îngrijirea sa.

Trăgând o concluzie parțială a celor spuse mai sus, se poate zice că în planul mântuirii se poate trage o paralelă între bolile sufletești și cele trupești: atât unele, cât și celelalte vin asupra omului, cu îngăduința lui Dumnezeu, ca el să fie ajutat în lucrarea mântuirii. În această perspectivă, boala sufletească este o cruce trimisă de Domnul.

Despre factorii naturali, individual-biologici, ai apariției patologiei psihice vorbesc și datele științifice medicale. Ca exemplu putem da apariția simptomelor psihopatologice pe fondul patologiei somatice, în particular neurologice, apariția tulburărilor psihice sub influența unor diverși factori nocivi (otrăvurile neurotrope, câmpurile de ultrasunete, zgomotul puternic, munca în condiții de iluminare scăzută ș.a.m.d.).

O altă confirmare constă în faptul că manifestările psihopatologice pot fi deseori tratate cu succes prin medicamente. Merită să amintim și că au fost întreprinse cercetări care au stabilit anumite legități ale predispoziției genetice la boli psihice.

Se înțelege că boala trupului nu poate să nu repercuteze și asupra restului naturii omului. Ori-

ce boală, fie ea a psihicului, a stomacului, a oaselor sau a ochilor, are și o componentă duhovnicească, fiindcă toate bolile omenirii sunt urmarea căderii strămoșilor Adam și Eva. Când spunem că o boală sau alta are cauze naturale, asta înseamnă că în simptomele ei psihopatologice sau somatice se reflectă mai evident și mai direct trăsăturile firii căzute. Iată un exemplu.

Se știe că schizofrenia e caracterizată de dedublarea activității psihice – dar și la oamenii sănătoși există această dedublare. Despre „dedublarea" omului căzut, Sfântul Apostol Pavel scria: *Ceea ce fac nu știu; căci nu săvârșesc ceea ce voiesc, ci fac ceea ce urăsc. Iar dacă fac ceea ce nu voiesc, recunosc că Legea este bună. Dar acum nu eu fac acestea, ci păcatul care este în mine. Fiindcă știu că nu locuiește în mine, adică în trupul meu, ce este bun. Căci a voi se află în mine, dar a face binele nu aflu; căci nu fac binele pe care îl voiesc, ci răul pe care nu-l voiesc, pe acela îl săvârșesc. Iar dacă fac ceea ce nu voiesc eu, nu eu fac aceasta, ci păcatul care este în mine* (Rom. 7, 15-20).

TULBURĂRILE PSIHICE PROVOCATE DE LUCRAREA DEMONICĂ

Tulburări psihice pot apărea și ca rezultat al lucrării duhurilor rele asupra omului. În Sfânta Scriptură se arată că duhurile rele intră în om și ies din el (v. Mt. 4, 24; Mc. 1, 23; Lc. 4, 35 ș.a.). Un exemplu deosebit de remarcabil îl constituie vindecarea de către Domnul a îndrăcitului din ținutul gadarenilor. Acel nefericit își târa zilele nu în locuințe omenești, ci în cavourile săpate în piatră; se zbătea în convulsii, făcând spume la gură și urlând. Au încercat să-l pună în lanțuri, dar a rupt lanțurile ca pe niște sfori. Ce boală să fie asta?

Necredincioșii vor spune: epilepsie, tulburare nervoasă. Dar despre îndrăcitul din ținutul gadarenilor nu se poate spune că avea o simplă tulburare nervoasă, ceea ce se vede din faptul că dracii izgoniți din nefericit au cerut voie de la Hristos să intre într-o turmă de porci. Mântuitorul a îngăduit, și turma s-a aruncat de pe o râpă în mare (v. Mt. 8, 28-32). Cine i-a înecat pe porci? Nu îndrăcitul, care stătea la picioarele Domnului, ci legiunea dracilor izgoniți din el.

Ca rezultat al îndrăcirii, sufletul devine nefiresc, el tânjește și suferă. În Sfânta Scriptură, îndrăciții sunt deosebiți direct și limpede de oamenii cu

boli sufletești obișnuite. Acestea, după cum am arătat mai sus, se dezvoltă din tulburări ale puterilor sufletești, ale imaginației, ale rațiunii ș.a.m.d.

Când începi să meditezi la anumite manifestări psihopatologice ce se observă la bolnavi, fără să vrei te pune pe gânduri esența duhovnicească a apariției lor. Eu nu afirm că tulburările psihice descrise mai jos sunt în mod exclusiv rezultatul posedării sufletului de către duhurile rele, însă, repet, cauze duhovnicești, după toate aparențele, sunt implicate în ele.

Voi descrie în continuare câteva simptome și sindroame folosite în practică pentru descrierea stării sufletești a bolnavilor:

Delirul de posesie – în bolnav trăiește, după părerea lui, un animal, o insectă, o ființă mitologică sau inventată de bolnavul însuși, care locuiește permanent (sau, mai rar, periodic) în organism, silindu-l să execute mișcări, gesturi în pofida voinței sale, dirijându-i gândurile și sentimentele

Automatismele – apariția de sentimente, mișcări, gânduri, imagini ș.a. în pofida voinței și dorinței bolnavului

Delirul de persecuție – grupă de idei delirante care se caracterizează prin convingerea delirantă a bolnavului că asupra lui se acționează din exterior cu scopul de a i se cauza o vătămare morală sau fizică

Delirul lui Cotard – este însoțit de convingerea că atât pe bolnav, cât și pe rudele și apropiații lui îi așteaptă torturi îndelungi și pline de cruzime

Coprolalia – „colorarea“ sistematică a limbajului cu expresii indecente, vulgare

Suicidomania – tendința puternică și constantă de sfârșire a vieții prin sinucidere

Cel care a văzut măcar o dată cum se manifestă îndrăcirea nu o s-o uite niciodată. Eu am văzut pentru prima dată o îndrăcită în Lavra Peșterilor din Kiev. Era o femeie de vârstă mijlocie. De fiecare dată când preotul, cădind biserica, se apropia de locul unde stătea ea, femeia scotea niște țipete sălbatice, nearticulate, căzând în nesimțire. După aceea, se scula încetișor, cu lacrimi pe obraji, cerându-și iertare de la rugători...

Mai târziu m-am lovit de asemenea cazuri nu o dată. Iată încă un exemplu. A venit la consultație o femeie credincioasă, ortodoxă, trimisă la mine de parohul bisericii a cărei enoriașă era. S-a arătat că era deja pensionată pe motiv de boală psihică. Liniștită, cu băsmăluță, în spatele ochelarilor – ochi albaștri senini... Îmi povestea cum se simte. Ca psihiatru, nu mi-a fost greu să detectez că avea tulburări psihice. Deodată i s-a schimbat întreaga înfățișare, a început să se agite și a înjurat cu glas puternic, foarte răgușit și neplăcut, după care a spus câteva fraze ca pentru sine. Atât mie, cât și însoțitorului ei ne-a fost limpede că din ea vorbește demonul.

Igumenul Mihei (Timofeev), călugăr al Lavrei Sfântului Serghie, povestea despre părintele său duhovnicesc, arhimandritul Serafim (Tiapocikin): „Când slujea părintele Serafim veneau numeroși îndrăciți. Cu rugăciunile părintelui, dracii erau alungați din mulți. Când se citea Evanghelia, la

Heruvic, când cădea părintele sau pur și simplu când era în biserică, în altar, îndrăciții strigau pe felurite glasuri: femeile bărbătește, cu voci de bas, multe lătrau, scheunau. Striga puternic și Ivan. Mai ales când se deschideau ușile împărătești, se spunea: «Cu frică de Dumnezeu, cu credință și cu dragoste apropiați-vă» și începea împărtășirea cu Sfintele lui Hristos Taine. Acești bolnavi nu puteau să se apropie de Împărtășanie fără ajutorul altora. Ivan a venit de câteva ori la Rakitnoe, iar acum se roagă și își face cruce fără nici o împiedicare.

Pe o îndrăcită patru oameni de-abia au putut s-o ducă la împărtășit. Atât de uriașă era puterea ce se împotrivea Sfințeniei, atâta ură avea dracul față de Potir, încât femeia se împotrivea, se trăgea înapoi cu înverșunare, dădea să fugă – dar Domnul l-a învins în ea pe demon. Ajungând lângă părintele Serafim, care ținea potirul cu Sfintele Daruri, s-a împărtășit liniștită și, schimbându-se la înfățișare în ochii tuturor, i-a mulțumit smerită și supusă lui Dumnezeu.

Părintele arăta întotdeauna o deosebită dragoste față de acești bolnavi. În mulți îndrăciți care se apropiau de Bătrân, dracul striga: «Plec, plec, plec imediat!» sau: «Aoleu, mă arde!» Mulți răcneau cu răutate, însă le era teamă până și să se apropie de Bătrân. O bolnavă și-a scos pufoaica și a aruncat-o în capul părintelui, care ieșea din biserică, iar el, fără să dea atenție faptului, a continuat să meargă cu pufoaica în cap. Când însoțitorii lui au vrut să o îndepărteze pe femeie, părintele a zis: «Lăsați-o;

nu-i vinovată ea». Multor suferinzi le-a ajutat părintele, pe mulți i-a vindecat".

Asemenea exemple se întâlnesc nu rareori în viețile nevoitorilor purtători de Duh.

Putem spune că două lucruri îl deosebesc pe îndrăcit de adevăratul, ca să zicem așa, psihotic. *Unu*: duhurile rele Îl cunosc pe Dumnezeu, se cutremură înaintea puterii Crucii lui Hristos, a rugăciunii, a aghiasmei. *Doi*: tulburările psihice (în principal de comportament) ale îndrăciților poartă amprenta *involuntarului* – căci sufletului omenesc nu îi plac lucrurile pe care vicleanul îl silește să le facă.

Toate sunt în voia lui Dumnezeu. Domnul îngăduie ca unii să cadă în îndrăcire fiindcă știe că cel cu pricina și-ar întrebuința, dacă ar fi sănătos, mintea și voința pentru a face rău cu deadinsul; pe alții îi ferește de alte păcate. În prima Epistolă către corinteni a Sfântului Apostol Pavel citim: *Să dați pe unul ca acesta Satanei, spre pierirea trupului, ca duhul să se mântuiască în ziua Domnului Iisus* (1 Cor. 5, 5).

Îngrijirea sufletului de către păstorul ortodox (iar într-o serie de cazuri și de către psihiatrul ortodox) trebuie să se întindă și asupra personalității suferindului, asupra psihologiei lui.

Arhiepiscopul Ioan (Șahovskoi) scria: „Păstorul îi insuflă îndrăcitului puterea de a se lupta cu duhurile drăcești, nesupunerea față de îndemnurile lor, disprețuirea lor, sfânta ură evanghelică față de ele și față de păcat – față de păcat, prin care dracii îi țin de obicei pe oameni sub ascultarea lor.

Păstorul îi învaţă pe oameni să nu creadă în îndemnurile drăceşti şi în clevetirile lor asupra lui Dumnezeu şi asupra oamenilor, să nu se concentreze asupra gândurilor rele şi întunecate insuflate de draci, pe care încearcă să le bage în inimă şi în minte. Gândurile şi simţămintele neprimite rămân «exterioare» pentru om, rămân în domeniul «călcâiului» – sub om; insuflările drăceşti primite şi încuviinţate devin seminţe ale răului în sufletul omenesc şi îl leagă în mod organic de stăpânirea celui viclean".

Din cuvintele duhovniceşti ale Sfântului Luca (Voino-Iaseneţki)

„Tertulian, unul dintre învăţătorii Bisericii din veacul al doilea, a spus următoarele cuvinte, uimitor de exacte şi de profunde: «Sufletul omenesc este creştin din fire». Sufletul înseteazâ de hrana duhovnicească, de curăţie şi de sfinţenie, el înseteazâ de Hristos. Sufletul este creştin din fire şi, dacă nu se hrăneşte cu hrană duhovnicească, se instalează în nefericitul de el o inaniţie cronică severă. Omul înfometat devine irascibil: şi cei ce flămânzesc duhovniceşte sunt irascibili, lesne ţâşnesc lacrimi de mânie şi supărare din ochii lor. Şi nu au tihnă, şi nu pot uita de necazul lor în nici un fel de distracţii, fiindcă sufletul lor, creştin din fire, înseteazâ de hrana duhovnicească, iar ei nu-i dau această hrană.

Aceasta este la fel cu îndrăcirea – într-o măsură mică, slabă, dar tot îndrăcire este, una dintre formele ei.

De ce se îndrăcesc oamenii?

Omul trăiește într-un mediu social. Gândurile, dorințele, faptele, viziunea asupra lumii îi sunt definite într-o măsură uriașă de influența mediului care îl înconjoară. Știți că, dacă un om sănătos se află multă vreme lângă un bolnav de tuberculoză și respiră același aer cu acesta, se molipsește și el. La fel ne molipsim și de la bolnavii de gripă.

Așa se întâmplă și în viața duhovnicească. Dacă omul trăiește în atmosfera mulțimii duhurilor răutății care sunt sub ceruri, în mijlocul smintelilor, al unor exemple grave de necredință și de dezmăț, într-o atmosferă de patimi omenești neînfrânate, dacă trăiește într-o atmosferă de prostie și de vulgaritate, această atmosferă nu are cum să nu-i molipsească sufletul. El respiră zi de zi acest aer otrăvit, unde mișună duhurile răutății care sunt sub ceruri. Și se molipsește nefericitul suflet, și se face el însuși locuință a dracilor.

Și atunci, ce să facem? Unde să fugim de această atmosferă apăsătoare, încărcată cu primejdii de moarte? Unde este scăparea noastră? Unde este pavăza noastră în fața dracilor, a duhurilor răutății care sunt sub ceruri? La toate întrebările grele să căutați totdeauna răspuns în Sfânta Scriptură.

Uitați-vă în psalmul 61, și acolo veți afla răspunsul: *De la Dumnezeu vine răbdarea mea, că El este Dumnezeul meu și Mântuitorul meu, Sprijinitorul meu... În Dumnezeu este mântuirea*

mea și slava mea; Dumnezeu este ajutorul meu și nădejdea mea este în Dumnezeu.

Iată unde este scăparea noastră, iată unde e antidotul otrăvii ce intră în noi din mediul care ne înconjoară".

Bolile sufletului – fenomen tainic

Analizând cauzele apariției bolilor psihice, îți dai seama cu ușurință că diversitatea lor este greu de încadrat într-o schemă. Omul care a fost într-un spital de psihiatrie, care a văzut, a auzit sau a comunicat cu oameni bolnavi psihic poate afirma că „duhul“ unei astfel de instituții este foarte apăsător. În cazul dat, am în vedere nu atât impresia lăsată de cele văzute, cât simțământul lăuntric al inimii. Am vorbit despre faptul că, în cazul patologiei psihice așa-zis „naturale“, simptomatologia se dezvoltă din cauze biologice. Dar „atmosfera“ din clinicile psihiatrice se deosebește totuși într-o măsură însemnată de cea care este, spre exemplu, într-un staționar de boli somatice.

Care să fie cauza? Oare se întâlnește uneori combinația dintre îndrăcire și boală fizică? Cel mai degrabă, da.

Ierarhul Luca (Voino-Iasenețki) spunea pe această temă: „Cauzele multor boli sufletești nu sunt cunoscute nici de cei mai savanți dintre psihiatri. Spre exemplu, nu știm cauzele nebuniei furioase, dar mi se pare neîndoielnic faptul că dintre cei afectați de ea un anumit procent sunt îndrăciți sadea“.

De exemplu, există o categorie de bolnavi psihic ce nu suportă nici un lucru legat de Biserică: nici rugăciunea, nici stropirea cu apă sfințită, nici mirosul de tămâie etc. Cunosc cazuri când bolnavi de epilepsie, aflându-se într-o stare disforică (răutăcioasă, agresivă), au încercat să smulgă crucile de la pieptul celor din familie, au avut o atitudine profanatoare față de icoane și față de alte lucruri sfinte. Acest comportament era însoțit de înjurături, răcnete, amenințări.

Nu o dată am observat că debutul bolii psihice a survenit atunci când cineva din familia celui în cauză a început să se ocupe cu metode oculte de „tratament", cu magie, vrăjitorie. Am observat, de asemenea, dezvoltarea unei patologii psihice la copii după sinuciderea tatălui sau a mamei. Faptul că între părinți și copii există o foarte strânsă legătură spirituală este binecunoscut de multă vreme. Se știe că, atunci când părinții fac păcate grele, când nu se pocăiesc și nu se îndreaptă, copiii suferă deseori, iar câteodată se și îmbolnăvesc psihic. Experiența mea practică m-a făcut să ajung la concluzia următoare: la majoritatea covârșitoare a copiilor născuți din relații extraconjugale apar diverse devieri psihopatologice sau comportamentale.

În articolul său „Boala psihică: pedeapsă sau cruce?" mitropolitul Antonie (Bloom) scrie: „În scrierile Sfântului Ioan din Kronstadt există un pasaj care ne poate pune pe gânduri, dar care nu poate fi dat deoparte. Pomenind de bolile sufletești, Sfântul scrie că sunt suflete până într-atât de

fragile, că s-ar sfărâma de grosolănia și de cruzimea lumii înconjurătoare – și Domnul îngăduie ca între ele și lume să se lase perdeaua bolii psihice, ca să le ferească de ceea ce le-ar putea distruge integritatea. Iar îndărătul acestei perdele sufletul se maturizează și se transformă, și omul crește. Acest pasaj mi-a rămas întipărit în memorie, pentru că am văzut eu însumi așa ceva.

Cu mulți ani în urmă, când încă eram medic în Franța, mi s-a cerut sfatul cu privire la un artist. În mediul nostru era un iconar de excepție, care începuse să-și iasă din minți. Mama și sora lui făceau cum fac mulți: nu voiau să-l supere, și când spunea că simte miros de pucioasă, ele se prefăceau că adulmecă aerul și spuneau: „Da, da, chiar așa..." – când de fapt nu simțeau nimic, fiindcă nu mirosea a pucioasă.

Când boala a început să progreseze, mi s-a cerut părerea. Cum am zis mai sus, pe atunci eram medic și am fost consultat în această calitate. Mi-au zis: „L-am stropit cu aghiasmă, s-a spovedit, i s-au făcut molifte, maslu, a fost împărtășit – dar nu s-a vindecat. Continuă să fie bolnav... Ce este de făcut?" Am răspuns atunci: „Trimiteți-l la spital ca să îi facă electroterapie". Îmi amintesc cu câtă indignare mi s-a răspuns atunci: „Ce, ești necredincios?! Crezi că șocurile electrice pot face ce n-a putut face rugăciunea?! Dar dacă lucrează în el diavolul?!" Atunci am dat un răspuns sincer și provocator. Am zis: „Știți, dacă este la mijloc lucrarea diavolească, șocurile electrice n-o să-i facă diavolului nici un rău, dar pe om

pot să-l salveze..." Propunerea mea a fost întâmpinată cu mare nemulțumire, dar bolnavul tot a trebuit dus la spital. În spitalul cu pricina lucram eu, și ca atare îl vedeam în fiecare zi de la Dumnezeu. Nimeni nu putea intra în contact cu el... Dar apoi și-a venit dintr-o dată în fire.

Când a ieșit din spital vindecat mulțumită ajutorului medical, s-a dovedit că se întâmplase cu el ceea ce a spus Sfântul Ioan din Kronstadt. Iconarul încă neexperimentat, încă nematurizat deplin, deși foarte dăruit, a ieșit din spital ca iconar matur, cum nu fusese înainte".

În majoritatea cazurilor de tulburare psihică există și un „diagnostic" duhovnicesc. Granițele sunt aici foarte transparente.

Încă ceva. Nu o dată am avut prilejul să văd oameni bolnavi psihic de multă vreme, la care cu mila lui Dumnezeu, pe măsura îmbisericirii, au dispărut diferite manifestări greu de vindecat sau nevindecabile ale bolii. Rugăciunea, Sfintele Taine le-au modificat radical starea psihică. Dispăreau idei delirante, halucinații persistente. Ochii bolnavilor se limpezeau, începeau să se simtă cu mult mai bine. În locul „măștii nebuniei", pe figură se răsfrângea pecetea duhovniciei.

În lucrarea sa „Psihiatria și problemele vieții duhovnicești", profesorul D. E. Melehov scria: „Sub influența păcatului, sufletul omenesc viu, fără să-și piardă conștiința, trăiește simțământul vinovăției, al tristeții, al chinului și al necesității de a scăpa de păcat. Omul credincios merge după ajutor la biserică, apelează la o persoană cu ex-

periență duhovnicească. El trăiește durere și suferință duhovnicească, iar câteodată poartă și urmările fizice ale păcatului.

Prima sarcină a duhovnicului, ca și a psihiatrului credincios, este aceea de a pune „diagnosticul duhovnicesc“, adică este neapărată nevoie să stabilească care componentă a suferinței omului are o cauză duhovnicească nemijlocită și se poate supune tratamentului duhovnicesc. Trebuie stabilit totodată ce anume din suferințele lui reprezintă manifestare a unei boli sufletești care își are cauza în tulburări ale activității cerebrale sau a întregului organism, și ca atare cere competență medicală...

Sau, în fine, bolnavul are tulburări psihofizice ce reprezintă urmări indirecte ale păcatelor personale sau familiale, și atunci are nevoie de combinarea metodelor duhovnicești de tratament cu cele psihiatrice. În asemenea cazuri, însănătoșirea duhovnicească poate duce la însănătoșire psihiatrică și fizică“.

Iată încă o observație duhovnicească foarte importantă: „Vrăjmașul a căzut prin trufie. Trufia este începutul păcatului; în ea sunt cuprinse toate felurile răului: slava deșartă, iubirea de slavă, iubirea de stăpânire, răceala, cruzimea, nepăsarea față de suferințele aproapelui; visarea minții, lucrarea sporită a închipuirii, expresia demonică a ochilor, caracterul demonic al întregii fizionomii; întunecarea, tânjala, deznădejdea, ura; invidia, deprimarea, la mulți căderea în pofta trupească; neliniștea lăuntrică chinuitoare, neascultarea, teama de moarte sau, dimpotrivă, căutarea

de a încheia cu viața și, în fine, lucru ce se întâmplă nu rareori, deplina nebunie. Iată semnele spiritualității demonice. Însă atâta vreme cât ele nu se manifestă cu putere, rămân nebăgate în seamă de mulți" (Arhimandrit Sofronie Saharov, „Sfântul Siluan Athonitul").

Fără îndoială, psihiatrul are de înțeles încă multe lucruri, trebuie să-și lămurească multe pentru a-i ajuta mai bine (duhovnicește și trupește) pe bolnavii psihic.

Încă ceva cu privire la psihiatri. Această muncă nu este ușoară. Statul oferă acestei categorii de lucrători medicali o serie de facilități sociale (spor de periclitate, zile suplimentare de concediu). Cu amărăciune trebuie să scriu că despre duhovnicie nu se vorbește aproape deloc în psihiatrie (ca pretutindeni în medicina modernă). Nici cerințe duhovnicești față de medicii psihiatri nu există. De aici și rezultate pe măsură. Faptul acesta are repercusiuni negative atât asupra bolnavilor, cât și a medicilor. De exemplu, potrivit datelor publicate, în rândul psihiatrilor se întâlnesc stări depresive de câteva ori mai frecvent decât la medicii de alte specialități. Se constată și alte fapte foarte întristătoare: cazurile de comportament suicidal (sinucigaș) și tentativele reușite de suicid nu sunt, din păcate, fenomene izolate în rândul psihiatrilor. Ieșirea din această situație este una singură: întoarcerea la Hristos, îmbisericirea, organizarea întregii vieți potrivit poruncilor lui Dumnezeu.

PSIHOLOGIA PASTORALĂ

Dintre toate specialitățile medicale există una care prezintă mari tangențe cu pastorația. Numele ei este „psihiatrie". Probabil că nu vom exagera dacă vom spune că, în anii lor de slujire, numeroși preoți s-au întâlnit la scaunul spovedaniei sau în alte ocazii cu situații când un fiu duhovnicesc prezenta anumite tulburări emoționale, comportamentale sau de gândire.

Se întâlnesc și cazuri de îndrumare duhovnicească a unor bolnavi psihic. Și, în fine, se distinge un grup vast de tulburări psihoneurologice de graniță (la limita dintre sănătate și boală), a căror răspândire este destul de mare.

Înainte, în instituțiile de învățământ duhovnicesc se preda psihiatria pastorală. Actualmente, disciplina este introdusă iarăși în programele școlare ale anumitor instituții de acest tip.

Psihiatria pastorală tinde să pătrundă în acele sfere ale vieții duhovnicești care nu sunt calificate drept „păcat", dar se „învecinează" cu el sau îl „împing" pe bolnav la păcat. De pildă, anxietatea (dacă aceasta este un simptom) nu reprezintă un păcat, și totuși poate genera la om consecințe grave. Ca rezultat al bolii psihice, sufletul omenesc parcă se acoperă cu o „ceață", care tre-

buie risipită. Un astfel de suflet pierde, cum bine observa un preot, drumul spre Dumnezeu.

Voința omului slăbește. Povețele pastorale sunt premature, fiindcă nu pot fi receptate în mod adecvat de către suferind. Tratarea unor asemenea suferințe prin mijloace exclusiv ascetice nu este totdeauna justificată. Aici poate fi loc și pentru ajutorul dat de psihiatru. Este bine dacă în parohie există un medic ortodox. În atare caz, preotul se poate folosi de ajutorul lui. Cunoștințele de psihiatrie sunt bune și pentru duhovnic. În asemenea cazuri, psihiatria nu contravine pastorației, ci tinde s-o îmbogățească cu anumite informații. Sarcina preotului este de a-i insufla celui îndrumat răbdare și smerenie, de a se ruga pentru el. Sarcina doctorului este aceea de a trata, nădăjduind în ajutorul lui Dumnezeu, tulburările sufletești folosindu-se de metodele medicinei contemporane.

Psihiatrul-psihoterapeut, acționând asupra voinței omului, asupra rațiunii și a emoțiilor lui, îl ajută să învingă boala sau urmările ei. El încearcă să îndepărteze simptomele și sindroamele patologice manifestate ca tulburări ale sistemului nervos central, cum ar fi depresia, anxietatea, astenia etc., apărute nu în urma ispitei vrăjmașului, ci din cauze biologice și ereditare. După însănătoșirea sa (când aceasta este posibilă), omul se întoarce la starea normală. El poate privi cu luciditate viața și pe sine însuși, poate merge la biserică, se poate ruga, poate lucra spre binele familiei și al societății.

Pe măsura însănătoșirii bolnavului, ponderea ajutorului psihiatric se va diminua, iar cea a ajutorului duhovnicesc va crește. Bineînțeles, cele spuse mai sus nu pot descrie decât schematic un domeniu atât de complex cum este psihiatria pastorală.

În lucrarea îndrumării duhovnicești a enoriașilor bolnavi psihic, preotul trebuie să-și aducă aminte că la omul credincios boala se împletește strâns cu religiozitatea lui. Chiar dacă sufletul este bolnav, el crede și năzuiește către Ziditor. În aceste cazuri, tulburările psihice au o serie de particularități. De exemplu, în vremea depresiilor, la bolnavi se observă adeseori următoarele semne: obsesia părăsirii de către Dumnezeu, deznădăjduirea de mântuire, descurajarea profundă. Dacă această stare sufletească ține mai mult de o jumătate de lună, fără să treacă după rugăciune și după Sfintele Taine, avem temei să presupunem prezența unei boli psihice, și în atare situații ajutorul psihiatrului este foarte potrivit. Să mai dau un exemplu. În psihiatrie există un diagnostic numit „paranoie religioasă". El este pus pe baza datelor care atestă tulburări specifice de gândire. Manifestările paranoiei religioase sunt diverse. În unele cazuri, ea arată ca un refuz al obligațiilor sociale. În altele, se prezintă ca neglijare a igienei, postire și alte nevoințe peste măsură, fără binecuvântarea duhovnicului etc. Stările acestea se deosebesc de înșelare sau de rătăcirea și lipsa de experiență duhovnicească și printr-o serie de alte manifestări, care le pun în aceeași grupă cu alte boli psihice.

Preotul trebuie să-și dea seama unde este păcat și unde este boală. De asta depind numeroase particularități ale îngrijirii sufletului.

Din păcate, unii clerici și-au format părerea că ajutorul psihiatric este lipsit de finalitate. Bolile sufletești sunt receptate de ei fie ca rezultat al lucrării duhului rău, fie ca urmare a vătămării sufletului de către păcat. Și atât.

Experiența arată că asemenea concluzii ale păstorilor nu îmbunătățesc starea psihică a bolnavilor păstoriți. Câteodată vezi cum unii dintre ei se chinuiesc, suferă de pe urma bolii, dar ocolesc de la o poștă cabinetul psihiatrului, chiar dacă acesta este ortodox.

Înțeleg că psihiatria este văzută într-un mod aparte. Lumea își amintește vremurile recente, când conducătorii comuniști ai statului încercau să folosească psihiatria ca instrument politic pentru înăbușirea libertății de gândire. Asta s-a întâmplat, nimic de zis. Vreau să arăt totuși două lucruri care, după părerea mea, sunt indiscutabile.

Primul este prezența bolilor sufletești (psihice).

Al doilea este că majoritatea colegilor mei se străduiesc să-și îndeplinească cum se cuvine obligațiile profesionale.

De altfel, legea privitoare la psihiatrie garantează libertățile religioase ale bolnavilor psihic. Chiar și psihiatrii se schimbă. Astăzi între ei se găsesc din ce în ce mai mulți oameni credincioși.

Odată a venit la consultație o femeie bolnavă, care vreme îndelungată nu se putuse hotărî dacă este cazul să se adreseze unui psihiatru. Această

situație a și făcut-o să-i scrie starețului arhimandrit Chiril (Pavlov)[1].

După spusele femeii, Părintele i-a răspuns: „Vă puteți adresa unui psihiatru, dar trebuie să vă și rugați ca Domnul, dacă este voia Lui cea sfântă, să vă tămăduiască boala prin medic".

Știu că și alți duhovnici cu experiență au binecuvântat tratamentul la psihiatru.

În încheierea acestui capitol, spre ilustrarea celor spuse cu privire la psihiatria pastorală, voi da un exemplu din cartea lui D. E. Melehov „Psihiatria și problema vieții duhovnicești". Într-unul din capitole, autorul descrie boala lui Dostoievski și experiența căii lui duhovnicești. „Un exemplu foarte pilduitor pentru preot de epilepsie ereditară este reprezentat de boala lui F. M. Dostoievski: genialul scriitor suferea de epilepsie de la vârsta de 15 ani. Era vorba de o formă relativ benignă ca evoluție de epilepsie mixtă, cu rare crize și echivalențe de criză. Mulțumită acestui fapt, el și-a păstrat până la sfârșitul vieții capacitățile creatoare, deși suferea de însemnate defecte ale memoriei. Boala s-a acutizat în anii studenției, apoi în perioada procesului, a condamnării la moarte, a anilor de ocnă și de serviciu militar.

Sunt o greșeală grosolană tentativele naive de a explica boala, de a deduce din boală concepția despre lume și creația artiștilor sau a oamenilor politici. F. M. Dostoievski a fost un scriitor genial nu mulțumită bolii, ci în pofida ei. Fiind scriitor

[1] Unul dintre cei mai cunoscuți Bătrâni ai Rusiei actuale, duhovnicul Sanctității Sale Alexie al II-lea (n. tr.).

autobiografic, el a arătat în creația sa toată diversitatea și caracterul contradictoriu al manifestărilor și trăirilor tipurilor dezechilibrate de personalitate umană.

Totodată, ca om credincios, a cărui credință a trecut „prin tot cuptorul îndoielilor", a reflectat în diversitatea eroilor săi și propriile tentative de a înțelege sensul bolii sale, și experiența luptei cu boala... Prințul Mâșkin și Rogojin din „Idiotul", chipul luminos, smerenia și credința stărețului Zosima și revolta lui Ivan Karamazov, curăția lui Alioșa Karamazov și profunda monstruozitate morală („infernalitatea") a lui Fiodor Karamazov și a lui Smerdiakov, neînfrânata stăpânire a impulsurilor și afectelor în Dimitrii, alternând cu pocăință adâncă, de setea izbăvirii pe calea pătimirilor ș.a.m.d... El își dădea seama de faptul că este prizonier al bolii sale, și se lupta cu aceasta. Dedublarea este nu numai soarta eroilor lui, dintre care mulți pier în luptă cu propriile dubluri. El conștientiza și dedublarea din sine și, spre sfârșitul vieții, a tras concluziile experienței sale de luptă cu ea...

Dar Dostoievski și-a păstrat până la sfârșit puterile creatoare, atitudinea critică față de boală, față de propriul caracter, și compasiunea vie față de oameni. Dedublarea a fost tragedia geniului bolnav și a eroilor lui. Însă el și-a păstrat, după cum scrie Strahov, „centrul duhovnicesc profund, care definește întregul conținut al minții și al creației", din care ieșea o energie ce vitaliza și transfigura toată creația lui...

Pe baza acestui exemplu putem trasa, trăgând linie şi făcând suma, atitudinea bolnavului credincios faţă de manifestările bolii sale şi liniile fundamentale de purtare ale preotului îngrijitor de suflete faţă de epileptici. Putem distinge două îndatoriri de bază ale preotului faţă de bolnavi: 1) aceea de a-l îndemna pe bolnav să se supună examenului medical şi, în caz de necesitate, unui tratament sistematic, şi 2) aceea de a-l ajuta pe bolnav să se lupte cu boala, să conştientizeze în mod critic şi să biruie anomaliile sale de caracter şi de comportament. Medicul psihiatru îl poate trata pe bolnav în perioadele de psihoză acută, poate ajuta la diminuarea frecvenţei crizelor de boală şi, în măsura posibilităţilor, la prevenirea recidivelor acestora. Rolul duhovnicului este deosebit de însemnat pentru aceşti bolnavi în perioadele dintre crize, când ei conştientizează chinuitoarele contradicţii dintre stările polare de excitaţie şi deprimare, de luciditate şi de mânie oarbă, de luminare şi de întunecare a conştiinţei, dintre stările polare de bunăvoinţă faţă de lume şi oameni şi de înrăire mohorâtă, irascibilitate, bănuială faţă de învăţăturile moralizatoare...

Comportamentul preotului este definit de îndatorirea generală a pastoraţiei: aceea de a ajuta omului să afle adâncul pocăinţei, să refacă perceperea duhovnicească corectă a vieţii din sufletul omenesc, raportarea corectă la propriul păcat şi la propria demnitate nemuritoare de fiinţă omenească, care este supusă unor încercări atât

de dramatice la bolnavi atunci când dedublarea se manifestă la modul maximal".

Profesorul D. E. Melehov indică în lucrările sale ca motiv de a apela la competența medicului următoarele stări psihopatologice:

1. crize isterice, epileptice și mixte
2. scăderea continuă a capacității de muncă, astenia, reducerea progresivă a memoriei și a capacităților intelectuale
3. modificarea intensă și progresivă a trăsăturilor fundamentale de caracter, nemotivată și independentă de condițiile exterioare: dezvoltarea irascibilității, răcelii, răutății, cruzimii, anxietății, instabilității emoționale
4. halucinații vizuale, auditive, olfactive, tactile repetate, senzații patologice ale pielii, senzație de electrocutare etc.
5. stări profunde și persistente sau care recidivează frecvent de depresie, tristețe însoțită de deznădejde și mai ales de gânduri suicidale, ori stare de veselie fără motiv însoțită de activitate exacerbată și dezordonată, de aflux necontrolat de idei și de supraevaluare a propriilor capacități
6. idei obsesive de necontrolat, aflux dezordonat de idei, pauze și întreruperi involuntare în procesul logic, senzații artificiale, „confecționate", idei induse, care apar sub acțiunea curenților electrici, hipnozei, undelor radio sau îndrăcirii
7. stări intense și repetate de „iluminare", vedenii, glasuri ce nu vin din experiența de

viață anterioară și sunt străine de structura generală a personalității
8. dominația de neînvins a atracțiilor biologice grosolane, a gândurilor hulitoare, străine de nucleul fundamental al personalității, sentimentul persistent al părăsirii de către Dumnezeu, însoțit de deznădejde și de gânduri suicidale
9. mândrie extremă, convingerea că propriile judecăți sunt corecte (deși sunt greșite) în pofida realității evidente și a părerii obiective a celor din jur (idei delirante legate de gelozie, de invenții și reforme în viața socială și bisericească etc.). Sau, dimpotrivă, complexele de inferioritate ca manifestare a trufiei și egocentrismului tainic.

Câteva definiții

PSIHIATRIA – disciplina medicală ce studiază clinica, diagnosticarea și tratamentul bolilor psihice

PSIHOTERAPIA – sistem de acțiune terapeutică și psihologică asupra psihicului, iar prin psihic – asupra organismului bolnavului

PSIHOLOGIA – știința ce studiază legitățile dezvoltării și funcționării psihicului ca formă aparte a activității vitale

PSIHOLOGIA MEDICALĂ – știința ce studiază particularitățile psihologice ale oamenilor care suferă de diverse afecțiuni și posibilitățile de a li se acorda asistență psihologică

NARCOLOGIA – disciplina medicală ce studiază clinica, diagnosticarea și tratamentul bolilor pe care le produce dependența de o serie de substanțe, cum ar fi alcoolul, diversele narcotice, tutunul etc.

NEUROLOGIA (neuropatologia) – știința medicală ce studiază clinica, diagnosticarea și tratamentul bolilor nervoase, cum ar fi urmările traumelor coloanei vertebrale și creierului, afecțiunile nervilor periferici, atacurile vasculare cerebrale ș.a.

Despre ajutorarea bolnavilor

Ajutorarea celor ce suferă de boli psihice trebuie să fie variată. Într-o serie de cazuri aceştia trebuie să se supună, cu nădejdea în milostivirea lui Dumnezeu, tratamentului medicamentos. Tratamentul medical nu trebuie opus ajutorului duhovnicesc. *Şi doctorului dă-i loc, şi să nu se depărteze de la tine, că şi de el ai trebuinţă* (Sir. 38, 12).

Bolnavii trebuie să se şi roage, să se şi trateze. După posibilităţi, în spitalele de psihiatrie trebuie format un mediu ortodox. Bolnavii botezaţi trebuie chemaţi, printr-o critică rezervată, la pocăinţă. Momentul optim pentru a face acest lucru este în perioadele dintre crize sau în vremea remisiunilor.

Bine ar fi ca în spitale să existe mai multe cadre medicale ortodoxe. Sunt convins că într-un atare caz şi medicamentele ar acţiona cu mai multă eficacitate. Suferinţele bolnavilor trebuie uşurate nu numai cu tablete şi cu injecţii, ci şi cu rugăciune pentru sănătatea robilor bolnavi ai lui Dumnezeu. Ei au mare nevoie de rugăciune, întrucât puterile lor sufleteşti sunt dezorganizate, slăbite de greutăţile bolii. Trebuie invitaţi în clinici preoţi, trebuie făcute slujbe, trebuie răspân-

dită literatura ortodoxă. Există deja o anumită experiență în acest sens.

Încă un exemplu. Iată câteva rânduri din scrisoarea unui credincios ortodox, care suferă de o boală psihică:

„Îmi ajută foarte mult rugăciunile: *Trisaghionul*, *Tatăl nostru*, rugăciunea lui Iisus, *Născătoare de Dumnezeu Fecioară*. Când spun rugăciuni, acestea parcă ar coase țesătura sfâșiată a rațiunii mele (vă amintiți povestea rusească despre țăranul care cârpea cerul? Iar rațiunea e ca un cer în om – așa încât sentimentul meu că rugăciunea «coase» rațiunea este, poate, corect. Rugăciunea repetată cu statornicie reface sănătatea rațiunii.

Încă ceva – despre ideile delirante și despre obsesii. Acestea sunt foarte greu de biruit «prin atac frontal», însă pot fi lovite «pe la spate». Când mă aflam în spital în stare de delir, mama mea s-a spovedit și i-a cerut preotului să facă pentru mine slujbă cu sfințire de aghiasmă mică înaintea icoanei Maicii Domnului „Grabnica Ascultătoare", și delirul m-a lăsat.

Și iarăși: când vin ideile obsesive, oricât le-ai contrazice este cu neputință să le gonești, chiar dacă este evident că sunt nebunești. În ele este o putere de la diavol, agită inima, acționează nu doar asupra minții, ci tulbură și sentimentele. Dar și ele pot fi biruite prin atac «pe la spate». De pildă, am cerut altora să se roage pentru mine, iar gândurile ce mi se învârteau mereu în minte m-au părăsit – și erau întrebări la care în zadar căutam răspuns. Ce întrebări știe să pună dracul...

Şi mai ajută un lucru: trebuie îndepărtate din casă lucrurile, tablourile, cărţile păcătoase, smintitoare. Cum spunea unul dintre sfinţi, cel ce se luptă cu păcatul beţiei nu trebuie să ţină în casă sticle cu vin..."

Într-una dintre scrisorile primite de la bolnavi erau scrise următoarele: „Aş numi boala mea sufletească (este vorba de una dintre formele de psihoză – n.a.) «înşelare mântuitoare». Dacă înşelarea «obişnuită» este pierzătoare, pentru că reprezintă un păcat, boala psihică poate să fie mântuitoare, fiindcă nu te lasă să păcătuieşti în mod conştient. Şi dacă chiar judecata omenească îi iartă pe bolnavii de acest fel, recunoscându-i iresponsabili, ce să mai vorbim de Judecata lui Dumnezeu..."

Încă o scrisoare: „Sunt înregistrată ca bolnavă psihic de 15 ani, dar totul a început mult mai devreme, când aveam 14 ani. Primesc boala mea ca pe o cruce de la Domnul. Aceasta este calea mea către Dumnezeu. Cât de multă vreme am mers spre El fără să-mi dau seama de asta! Mulţumesc lui Dumnezeu pentru toate şi slavă lui Dumnezeu pentru toate. N., 43 de ani".

Dacă aş încerca să-i împart în gând pe toţi bolnavii cărora le-am dat ajutor terapeutic de-a lungul anilor de muncă – şi într-o grupă să-i pun pe bolnavii credincioşi, iar în cealaltă pe cei care tăgăduiesc pe Dumnezeu şi Biserica Lui –, s-ar vedea că până şi evoluţia clinică a bolilor diferă semnificativ între aceste grupe. Voi da un singur exemplu. Stăteam de vorbă odată cu un bolnav

care suferea de o afecţiune psihică foarte gravă, şi când am încercat să-l consolez, acest om aflat în îngrijirea mea medicală mi-a răspuns cu linişte şi seriozitate: „Doctore! Situaţia în care mă aflu este cea mai mântuitoare pentru mine“. Am fost mişcat până în adâncul inimii de acest răspuns al lui. Bineînţeles, sunt diverse boli şi diverşi bolnavi, însă, repet, tendinţa este, după părerea mea, aceasta. Şi nici nu poate fi altfel. Milostiv este Domnul.

Ajută, Doamne, robilor Tăi care suferă de boli psihice!

Sfaturi pentru rudele celor ce suferă de psihoze

1. Nu căutaţi cauze psihologice ce ar justifica purtarea bolnavilor şi felul în care se simt aceştia. Boala lor se dezvoltă prin alte mecanisme şi este legată doar în mică măsură de factorii situaţionali.

2. Amintiţi-vă că delirul ţine de o gândire bolnavă şi că cel ce delirează nu poate fi convins de contrariul celor pe care le afirmă.

3. Deprindeţi-vă să sesizaţi semnele care prevestesc înrăutăţirea stării psihice a bolnavilor (de exemplu, insomnia constantă, agresivitatea, introvertirea [închiderea în sine] din ce în ce mai accentuată ş.a.).

4. Nu schimbaţi fără motive deosebit de serioase medicul curant. Faceţi în aşa fel ca bolnavul să se întâlnească în mod regulat cu psihiatrul.

5. În perioadele de posibilă înrăutăţire a stării psihice informaţi neapărat duhovnicul (dacă există) sau preotul paroh şi rezolvaţi împreună cu el problemele legate de îndrumarea duhovnicească a bolnavului (acasă sau la spital).

6. Rugaţi-vă mai mult pentru cel bolnav. Faceţi în aşa fel încât să fie pomenit la Dumnezeiasca Liturghie şi la alte slujbe. Înconjuraţi-l cu lucruri sfinte.

7. Aduceţi-vă aminte că de la Domnul vor avea la fel de mare plată atât bolnavul care suferă fără să cârtească, cât şi cel ce-l îngrijeşte cu osârdie.

Cel ce va răbda până la sfârşit, acela se va mântui (Mt. 10, 22)

În faţa mea se află un tânăr bolnav psihic. La consult a venit nu fiindcă se simte mai rău, ci pentru că doreşte să fie ascultat, mângâiat. El suferă de o formă de psihoză în care personalitatea rămâne relativ bine păstrată. Parcă i se răsfrânge în ochi boala. Spune cu voce obosită: „Doctore, câteodată mi se pare că Domnul m-a părăsit, că viaţa mea e nefolositoare şi fără sens. Sunt o povară pentru mama, care este bătrână, nu am serviciu, pensia nu ne ajunge nici ca s-o scoatem cât de cât la capăt..."

Dificilă a fost conversaţia noastră. Tânărului îi este foarte greu. Are nevoie de ajutor. Bineînţeles, Domnul nu l-a uitat. În toate este voia lui Dumne-

zeu. Trebuie doar să credem că Atotbunul Dumnezeu ne dă toate spre mântuire. Nu trebuie să ne lăsăm pradă descurajării. Înaintea lui Dumnezeu au importanță nu funcțiile și reușitele, ci credința, smerenia, purtarea fără cârtire a crucii proprii.

Protoiereul Vladimir Vorobiov scrie pe această temă: „Preotul este dator să-i explice omului că boala psihică nu este o rușine. Aceasta nu este nicidecum o stare incompatibilă cu viața duhovnicească a omului. Este o cruce. Un astfel de om nu poate face anumite lucruri cum le fac oamenii sănătoși. Dar poate să se smerească și trebuie să se smerească. Sunt multe lucruri pe care nu le înțelege, dar trebuie să fie ascultător. Și dacă unui asemenea bolnav reușim să-i explicăm că trebuie să se smerească, totul este în regulă. Negreșit se va reabilita și va putea să trăiască cu spor în Biserică. Pentru el nu este închisă Împărăția lui Dumnezeu și nici viața harică... Deseori bolnavii psihic spun: «Dar de ce binecuvântați să beau tablete? Ce, de bolile sufletești te poți vindeca cu tablete? Uite că am venit în Biserică, cer harul lui Dumnezeu, vreau ca Dumnezeu să vindece sufletul meu bolnav. De ce mă trimiteți la doctori? Ce, harul lui Dumnezeu nu lucrează?»

Harul lui Dumnezeu lucrează, și El poate să-l vindece într-o clipă chiar și pe cel mai bolnav om. Pe șchiop poate să-l facă sprinten, pe orb – ager la vedere, iar pe cel bolnav psihic poate să-l facă întreg la minte. Nu încape îndoială. Și atunci, de ce Domnul nu face asta? Uite că ești șchiop și ai să șchioapeți toată viața. De ce? Fiindcă Domnul

te smerește în acest chip, fiindcă Dumnezeu a pus asupra ta această cruce. Și, poate, singur ți-ai ales cândva această cruce.

Trebuie să ne smerim. Unuia nu i-a fost dat să vadă cu amândoi ochii, ci doar cu unul. Altul e surd... La fel și cu oricare altă boală, inclusiv psihică. Domnul te poate vindeca – dar astăzi, sau poate toată viața, El vrea ca tu să-i ceri ajutor doctorului. Asta nu înseamnă deloc că nu trebuie să te împărtășești și că asistența medicală îți poate ține loc de Împărtășanie...

Viața duhovnicească e cu putință numai atunci când omul este de acord să recunoască adevărata stare a lucrurilor și să se smerească, când este de acord să trăiască cu crucea pe care i-a dat-o Domnul".

Iată cum ne învață și Sfinții Părinți. Sfântul Ioan din Kronstadt spunea: „Rătăcirea cea mai mare, statornică, a inimii noastre, cu care trebuie să ne luptăm fără încetare, întreaga viață, este gândul tainic că putem trăi fără Dumnezeu și în afara lui Dumnezeu undeva, vreodată, fie și numai pentru o clipă".

Sfântul Nicodim Aghioritul ne învață precum urmează: „Dacă ești bolnav ori sărac, rabdă. Nimic nu cere Dumnezeu de la tine, afară de răbdare. Răbdând cu inimă bună, te vei afla neîncetat în făptuirea cea bună. Oricând va căuta spre tine Dumnezeu, va vedea că faci binele sau rămâi în bine dacă rabzi cu inimă bună, pe când la cel sănătos faptele bune sunt doar din când în când. Pentru ce, vrând să schimbi această stare de fapt, îți dorești să dai mai binele pe mai rău?"

Sfântul Ierarh Ignatie (Briancianinov) scria, dând mângâiere într-un caz de tulburare mintală: „Pentru ispita ce vi s-a întâmplat nu trebuie să vă necăjiți, ci să vă lăsați în voia lui Dumnezeu, care mântuiește prin felurite necazuri pe toți câți se mântuiesc. Tulburarea mintală îngăduită asupra lui D. a fost îngăduită asupra ei spre folos, ca duhul ei să se mântuiască. Lăsați-o în seama lui Dumnezeu. Orice ar spune și orice ar face când e în criză, nu trebuie să dați atenție, nu trebuie să puneți la inimă nici un cuvânt și nici o faptă a ei, fiindcă face totul fără judecată...

Dumnezeu să vă mângâie în necazul ce v-a ajuns. Nici un fir de păr din capul nostru nu cade fără voia Lui! Într-un fel vede lumea cele ce se întâmplă oamenilor și altfel le vede Dumnezeu. Vedem că Sfântul Nifon Episcopul a suferit patru ani de nebunie, Sfinții Isaachie și Nichita (care a fost mai apoi ierarh al Novgorodului) au suferit vreme îndelungată de vătămare a minții. Un oarecare sfânt Pustnic – despre aceasta amintește Sulpiciu, scriitor din veacul al 4-lea, în povestirea lui Pustominian, care a călătorit prin mănăstirile Răsăritului –, fiindcă făcuse o mulțime de semne și băgase de seamă că din această pricină răsărise în el trufia, L-a rugat pe Dumnezeu ca, pentru nimicirea slavei omenești, să fie îngăduită asupra lui vătămare de minte și îndrăcire vădită, ceea ce Domnul a și îngăduit asupra robului Său celui smerit cugetător. Credem că fără voia lui Dumnezeu nu se poate apropia de noi nici un necaz; să primim deci orice necaz ca pe ceva care vine din mâna lui Dumne-

zeu, cu preaevlavioasă supunere față de voia lui Dumnezeu, cu mulțumită, cu slavoslovire a Atotbunului Dumnezeu, Celui neurmat întru căile Sale, Celui minunat întru toate lucrurile Sale!".

În mod tradițional, se consideră că cea mai mare parte a patologiei psihotice este vindecabilă doar într-o măsură redusă – aceasta mai ales în privința psihozelor grave, a afecțiunilor degenerativ-distrofice ale scoarței cerebrale, a formelor congenitale de debilitate mintală ș.a.m.d. Însă mila lui Dumnezeu ne arată, după credința oamenilor, minuni, și legile firii dau înapoi. Voi da doar un exemplu, foarte impresionant, descris într-o cărticică numită „Când sunt bolnavi copiii". Autorul ei este părintele Alexie Graciov, medic și preot. „Acum doi ani și jumătate a venit la mine la spovedanie o fată bolnavă, în vârstă de 12 ani, de la casa de copii. Nu putea să lege două vorbe, se învârtea ca un titirez; privirea anormală, grimasele pe care le făcea mereu, întreaga ei înfățișare dădeau mărturie că este «handicapată». Și iată că această fată a început să se spovedească și să se împărtășească duminică de duminică.

După un an, a început să simtă nevoia descoperirii gândurilor (cine se roagă și se spovedește des știe ce este asta). Fata a început să ducă o viață duhovnicească cu atâta trezvie, cum oameni care se socot profund credincioși și îmbisericiți nici nu bănuiesc că există. A început să se roage cu rugăciunea lui Iisus („Doamne, Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătoasa"), să se împotrivească ispitelor

drăcești, să ierte, să rabde totul. De-a lungul a câteva luni, ea a învățat să citească și să scrie, au trecut toate semnele debilității mintale, pe față i s-a întipărit pecetea duhovniciei. În tot ce spunea și făcea era simțire și discernământ..." Acest exemplu nu este izolat.

Iată și un extras din cartea protoiereului Ilia Cetveruhin și a Evgheniei Cetveruhina: „Ieroschimonahul Alexie, starețul mănăstirii Zosimova"[2]:

„Interesantă este relatarea E. I. Șulghina. Al doilea fiu al acesteia s-a născut surdomut. Ea suferea foarte mult din această cauză, ajungând câteodată până la deznădejde. Sfătuită de E. L. Cetveruhina, a mers la mănăstirea Zosimova. E. I. i-a povestit totul Bătrânului și a început să-l roage să mijlocească la Dumnezeu pentru fiul ei, pentru vindecarea lui. Părintele a refuzat cu hotărâre. «Să te bucuri trebuie, să fii fericită», i-a spus Bătrânul, «că în vremurile amare de acum fiul tău nu va spune și nu va auzi nici un lucru rău. Iar să te rogi pentru fiul tău trebuie după cum urmează: Doamne, dacă este nevoie pentru slava numelui Tău ca fiul meu să vorbească, dă-i asta; de nu este sfânta Ta voie să se facă asta, atunci să rămână surdomut».

Părintele a rostit acest răspuns cu un glas atât de hotărât, că E. I. n-a putut replica nimic. Dimpotrivă, nu numai că a încetat deodată să se mai întristeze, ci a ieșit de la Bătrân liniștită deplin și de atunci s-a supus cu desăvârșire voii lui Dumnezeu".

[2] Părintele Alexie a fost unul dintre cei mai mari Bătrâni ai începutului de secol XX din Rusia, în rând cu marii Părinți ai Optinei (n. tr.).

NERVOZITATEA: CAUZELE DUHOVNICEȘTI ȘI MANIFESTĂRILE EI

S-a zis mai sus că bolile sufletești pot fi „de la natură“ sau manifestările lor pot fi legate de îndrăcire. Există totodată un mare grup de tulburări psihice numite în practica clinică „patologie de graniță“ (funcțională, adică reversibilă în principiu). Din acest grup fac parte nevrozele, stările nevrozoide, anumite tipuri de tulburări depresive, forme dobândite de psihopatie ș.a. Suferințele acestor oameni sunt, în mare măsură, urmarea structurii lor personal-caracterologice, care, după părerea mea, este determinată de cauze duhovnicești. Înainte de a descrie una câte una formele nevrotice, corect este să amintim de patimi.

Conspect al învățăturii ortodoxe despre patimi

după Sfântul Ioan Cassian

Opt patimi principale:
1. Îmbuibarea pântecelui
2. Curvia
3. Iubirea de argint
4. Mânia
5. Întristarea
6. Trândăvia
7. Slava deșartă
8. Trufia

• Patimile sunt de două feluri:
- din necesități firești (cum ar fi îmbuibarea pântecelui și curvia);
- neînrădăcinate în natura noastră (de exemplu, iubirea de argint).

Primele șase patimi enumerate sunt în multe privințe legate între ele, și ca atare trebuie învinse una după alta (de pildă, curvia e deseori legată de îmbuibarea pântecelui, trândăvia de întristare).

Patimile a șaptea și a opta sunt de asemenea unite între ele: slava deșartă naște trufia.

1. Se deosebesc trei feluri de îmbuibări ale pântecelui:

a) mâncatul dezordonat înainte de ora mesei;

b) sub aspectul cantitativ: ghiftuirea („îndrăcirea pântecelui");
c) sub aspectul calitativ: patima de a mânca gustos („îndrăcirea gâtlejului").

2. Curvia este şi ea de trei feluri:
a) împreunarea, care la rândul ei este firească sau împotriva firii (sodomia);
b) masturbarea;
c) cu mintea şi cu inima (amintiţi-vă: *Oricine se uită la femeie poftind-o, a şi săvârşit adulter cu ea în inima lui* – Mt. 5, 28).

3. Iubirea de argint:
a) dorinţa omului de a primi ceea ce nu avea mai înainte (ca Ghiezi, 4 Împ. 5);
b) dorinţa de a căpăta ceea ce mai înainte a refuzat;
c) tăinuirea unei părţi din ceea ce a făgăduit să dea (ca Anania şi Sapfira, Fapte 5).

4. Mânia:
a) lăuntrică (arde în interiorul omului);
b) exteriorizată (în cuvânt şi în faptă);
c) pomenirea răului (mânia cronică).

5. Întristarea este de două feluri:
a) cea care vine după încetarea mâniei, din pricina pagubelor, a pierderilor, a neîmplinirii dorinţelor;
b) cea care vine din pricina temerilor, a fricilor, a grijilor nechibzuite;

6. Trândăvia, care cu precădere:
a) îl mână pe om la somn;
b) îl face să umble din loc în loc.

7. Slava deşartă – are multe feluri, dintre care cele mai însemnate sunt două:
a) îngâmfarea cu lucrurile văzute şi cu trupul;
b) dorinţa de slavă de la oameni.

8. Trufia, şi anume:
a) trupească;
b) duhovnicească.

Scopul luptei cu patimile este curăţia inimii.

„Pe fond nervos..."

„Pe fond nervos..." – această expresie a devenit aproape proverbială. O auzim peste tot: acasă şi la muncă, pe stradă şi în mijloacele de transport în comun.

Potrivit experţilor Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii, 45% dintre toate îmbolnăvirile sunt legate de stress, iar unii specialişti presupun că acest procent este în realitate dublu. Potrivit altor date medicale, jumătate dintre cei ce solicită consult în policlinici sunt oameni practic sănătoşi, dar care suferă acţiunea supraîncărcării psihoemoţionale.

Specialiştii în situaţii extreme şi medicii ştiu că ulcerele gastrice se „deschid" şi se cicatrizează în funcţie de variaţiile curbei stressului psihoemoţional. Oscilaţiile presiunii arteriale sunt supuse aceleiaşi legităţi.

Cum putem recunoaşte stressul emoţional şi influenţa lui asupra organismului uman? Iată câteva trăsături caracteristice pentru el: astenia prelungită, inexplicabilă, care nu trece după odihnă; dureri de cap, tulburări de digestie, dureri de coloană, insomnie; treburile obişnuite necesită mult mai multă vreme ca înainte.

O uriaşă cantitate de boli fizice se dezvoltă ca rezultat al suprasolicitării nervoase prelungite.

Ce mai „crește“ pe acest teren (nervos)? Din păcate, nimic bun: certuri, conflicte, divorțuri... În ultimii ani se vorbește tot mai des despre sindromul de oboseală cronică și despre insomnia, depresia, apatia și indiferența față de toate care îl însoțesc.

Nu este greu să ne dăm seama că, pe măsura creșterii nervozității, în suflet crește și păcătoșenia.

În scrierile patristice vedem adeseori indicat faptul că este neapărată nevoie să păstrăm pacea sufletească. „Dobândește duh de pace, și mii se vor mântui lângă tine“, spunea marele Bătrân, Cuviosul Serafim din Sarov.

În „Bazele concepției sociale a Bisericii Ortodoxe Ruse“, adoptate la Sinodul Arhieresc Jubiliar (Moscova, 13-16 august 2000), se spune, printre altele: „**Biserica privește bolile psihice ca pe una dintre manifestările vătămării generale de către păcat a naturii umane.** Distingând în structura personalității nivelul duhovnicesc, cel sufletesc și cel trupesc, Sfinții Părinți făceau deosebire între bolile dezvoltate «natural» și cele provocate de lucrarea demonică sau de înrobirea omului de către patimi“. Așadar, bolile sufletești pot fi legate de factori natural-biologici sau de îndrăcire. Există totodată un mare grup de tulburări psihice numite în practica clinică „patologie de graniță“, de care am amintit în capitolul precedent.

Tulburările neuropsihice de graniță, dintre care un loc însemnat este ocupat de nevroze, dețin în mod confortabil fotoliul de lider în vastul grup al

bolilor psihice. Potrivit datelor Organizației Mondiale a Sănătății, aproximativ 10% din populația țărilor puternic industrializate suferă de nevroze, în ultimii 65 de ani numărul cazurilor de nevroză crescând de 24 de ori. Morbiditatea prin nevroze reprezintă în Rusia 20-25 de cazuri la mia de locuitori. Aceasta este doar morbiditatea înregistrată – și ea trebuie privită mai degrabă ca partea de deasupra a aisbergului.

Ca o epidemie, nevrozele se răspândesc pretutindeni. Se știe că între 30 și 65% dintre cei ce se prezintă pentru consult la medicii generaliști sunt oameni cu simptomatologie nevrotică manifestă. Între specialiștii care studiază această patologie circulă o glumă tristă: în loc să ne punem problema dacă omul suferă de nevroză, trebuie să ne întrebăm de care formă a nevrozei suferă.

În ultimul deceniu problemele legate de proveniența nevrozelor au început să fie supuse unei revizuiri active. Atitudinea care consideră această boală drept o ușoară disfuncție psihică tinde să se modifice în mod semnificativ. Principiul funcționalității (al reversibilității fără dificultate) nu este confirmat de practica clinică contemporană. Potrivit datelor publicate în presă, vindecarea se produce la mai puțin de 40-50% dintre bolnavii de nevroză. S-a stabilit că în primii trei ani de boală se însănătoșesc doar 10% dintre bolnavi. Deseori afecțiunea se prelungește ani și chiar decenii.

Potrivit definiției adoptate în Rusia, nevroza este o tulburare neuropsihică psihogenă (apărută pe

fond psihic) care se formează în urma dereglării unor relații de viață deosebit de importante pentru om. Mai pe înțeles, nevroza se dezvoltă atunci când omul, în virtutea unor împrejurări diverse, nu poate să găsească ieșirea potrivită dintr-o situație complicată, nu poate să rezolve o situație importantă psihologic ori să suporte o tragedie.

Simptomele crizei nevrotice sunt binecunoscute: proastă dispoziție, irascibilitate, insomnie, senzație de disconfort interior, moleșeală, apatie, înrăutățirea apetitului. Pot apărea obsesii, izbucniri de agresivitate ș.a.m.d. Toată această simptomatologie este însoțită de indispoziție generală, de senzații fizice neplăcute, de tulburări vegetative. Generalizând, putem numi manifestările nevrozelor „pierdere a păcii sufletești". În nevroze, omul își păstrează limpede simțul critic, se simte împovărat de propria stare, dar nu se poate controla.

Există totodată și stări care prin aspectul clinic amintesc de nevroze, dar care se dezvoltă printr-un alt mecanism. Ele sunt definite ca „nevrozoide" și apar în numeroase boli somatice, procese infecțioase, în ateroscleroza vaselor cerebrale și în alte procese patologice. În plus, tabloul clinic nevrozoid se poate întâlni deseori la oamenii lipsiți de caracter sau cu goluri esențiale în educație.

Termenul de „nevroză" s-a încetățenit în viață; până și copiii au auzit de el. Au fost distinse nevroze de școală și nevroze de pension, nevroze de succes și nevroze de singurătate, nevroze somatogene și nevroze ecologice, precum și multe alte varietăți ale acestei boli. O grupă aparte este

constituită de aşa-numitele „nevroze noogene“, legate de pierderea sau de lipsa sensului vieţii, de conflicte de valori. Există date potrivit cărora aproximativ al cincilea caz de nevroză are o bază noogenă; în realitate, se pare că aproape fiecare nevroză are rădăcini duhovniceşti. Haide, totuşi, s-o luăm în ordine.

Conceptul de „nevroză“ a fost propus pentru prima dată în anul 1776 de medicul scoţian Cullen, şi de atunci discuţiile privitoare la esenţa acestei boli, la rădăcinile apariţiei şi la mecanismele formării ei n-au încetat să fie la ordinea zilei. Asta nu înseamnă că înainte de Cullen n-au existat nevroze; apariţia lor, ca şi a celorlalte boli în general a avut loc după căderea lui Adam. Descrieri ale nevrozelor se întâlnesc încă din cele mai vechi izvoare scrise ale omenirii. Spre exemplu, papirusurile Cahoon (cca. 1900 î. Hr.) şi Ebers (cca. 1700 î. Hr.) conţin date referitoare la stările maladive ale unor femei, stări care amintesc foarte îndeaproape de aspectul clinic al nevrozei isterice.

În ziua de astăzi este greu de găsit în medicină un alt concept care să fie tratat de diferitele şcoli medicale în mod atât de diferit sau chiar contradictoriu. Reacţiile nevrotice, care pot apărea la om în urma unor grave şocuri, conflicte, boli somatice sau a altor probleme de viaţă, sunt foarte diverse. Simptomele lor îşi pun pecetea asupra personalităţii omului, asupra caracterului său – de aici şi polarizarea vederilor asupra acestei probleme.

De altfel, în centrul discuţiilor ştiinţifice se află nu numai problemele sistematizării nevrozelor, ci

și însăși existența lor ca entitate nosologică (ca boală de sine stătătoare). Iată un punct de vedere, extremist, al anumitor psihiatri: nevroza este comportamentul normal într-o societate anormală.

Iată o prezentare sumară a celorlalte păreri: disfuncție cerebrală; refularea în subconștient a conflictului interior; refuzul compromisurilor și structura dogmatizantă a gândirii; incapacitatea de a prevedea conflictul și de a se pregăti pentru el; stereotipurile incorecte de comportament; nesatisfacerea cerinței de autoactualizare ș.a.m.d.

Unii cercetători leagă sursele nevrozelor de particularitățile de gândire ale bolnavului, alții – de patologia emoțiilor, alții – de dereglarea procesului de autocunoaștere, alții – de imaturitatea și infantilismul psihologic. Există și autori care sunt înclinați să creadă că nevroza este o boală ereditară.

Iată încă un punct de vedere: M. M. Hananașvili vorbește despre nevroză ca despre o maladie condiționată de excesul informațional. În cartea sa „Nevrozele informaționale“, el aduce următoarele fapte care i-ar confirma propriile păreri: „...s-a calculat că numai în cursului anului 1970 în țările cu economie dezvoltată fiecare om a călătorit pe distanțe mai mari, s-a întâlnit cu un număr mai mare de oameni, a primit mai multă informație decât un om din jurul anului 1900 de-a lungul întregii sale vieți... Circa 25% din populația globului pământesc a fost supusă influenței unor suprasarcini informaționale aflate în puternică creștere...“ Cercetătorul în cauză vede

riscul dezvoltării nevrozei în executarea, vreme îndelungată, a unui volum mare de muncă în condițiile deficitului de timp și ale unei motivații foarte puternice.

Dimpotrivă, academicianul P. V. Simonov caracterizează nevroza ca pe o boală a insuficienței informaționale. Astfel, după părerea acestui savant, ale cărui afirmații par la fel de întemeiate și de logice ca ale celui dinainte, irascibilitatea tinde să compenseze insuficiența informațiilor indispensabile pentru organizarea unui comportament adecvat, frica – insuficiența informațiilor pentru organizarea apărării, jalea apare în condițiile unui deficit foarte acut al informațiilor cu privire la posibilitatea compensării pierderii suferite ș.a.m.d.

Unii autori au exprimat chiar părerea că nevroticii suferă din pricina incapacității de a iubi.

Trebuie subliniat faptul că fiecare dintre orientările din psihologie a devenit consistentă în ochii colegilor de breaslă atunci când reprezentanții ei au reușit să-și exprime părerile cu privire la problema nevrozei în mod argumentat și inovativ.

Așadar, punctele de vedere sunt multe, însă exactitate nu există: știința s-a încurcat. După părerea noastră, asta s-a întâmplat fiindcă patologia nevrotică are, pe lângă toate celelalte, o bază duhovnicească, despre care în psihiatria din țara noastră nici nu s-a pomenit de-a lungul ultimelor câteva decenii. Creșterea explozivă, în secolul XX, a numărului îmbolnăvirilor prin nevroză s-a produs nu numai din cauza stressului și a progresului tehnico-științific – împreună cu suprasar-

cinile lui informaţionale (pe care le-au punctat în numeroase rânduri cercetătorii) –, ci în primul rând din cauza „progresului" păcătoşeniei general umane.

În toate perioadele istoriei omeneşti au existat războaie, diferite calamităţi naturale, inundaţii, secete, uragane. De aceea este greu de spus cu ce ar fi vremea de astăzi mai tulbure şi mai agitată decât, să zicem, epoca lui Ivan cel Groaznic. Şi atunci, de ce problema nevrozelor a devenit atât de acută doar în ultima vreme? Pricina, credem, este una singură: necredinţa crescândă, pierderea de către omenire a fundamentului duhovnicesc, iar odată cu acesta şi a adevăratului sens al vieţii.

Se dovedeşte că în apariţia nevrozei cauza principală nu este reprezentată de stress şi neplăceri, ci de personalitatea umană, mai precis de dezordinea lăuntrică a acesteia.

Ca rădăcină a tot răul, păcatul atrage după sine tulburări nevrotice. Săvârşindu-se în adâncul sufletului omenesc, el aţâţă patimile, dezorganizează voinţa, scoate de sub controlul conştientului emoţiile şi imaginaţia. După spusele Sfântului Teofan Zăvorâtul, „lumea lăuntrică a omului păcătos este plină de samavolnicie, de neorânduială şi de stricăciune". Nevroza profundă este un indicator al lipsei de sănătate, al degradării duhovnicesc-sufleteşti.

Sfântul Teofan Zăvorâtul arată şi că „legătura firească dintre părţile alcătuitoare ale omului trebuie să urmeze legea supunerii celui mai mic faţă de cel mai mare, a celui mai slab faţă de cel

mai tare; trupul trebuie să se supună sufletului, sufletul – duhului, iar duhul, după firea sa, trebuie să fie cufundat în Dumnezeu. În Dumnezeu trebuie să petreacă omul cu toată ființa și conștiința sa. Puterea duhului asupra sufletului depinde de însoțirea dintre duh și dumnezeire, iar stăpânirea sufletului asupra trupului – de stăpânirea duhului asupra sufletului. În urma căderii de la Dumnezeu a avut loc, și nu avea cum să nu aibă, tulburare în toată alcătuirea omului: duhul, despărțindu-se de Dumnezeu, și-a pierdut puterea și s-a supus sufletului; sufletul, nefiind înălțat de duh, s-a supus trupului".

Profesorul D. E. Melehov presupune că la baza multor tulburări psihice stă lipsa de smerenie. În acest sens, nevroza nu reprezintă o excepție. Este general recunoscut faptul că această maladie se dezvoltă în virtutea conflictului personalității cu sine însăși (conflictul intrapsihic) sau cu alți oameni (interpsihic). Nevroza este ciocnire între dorință și realitate. Cu cât este mai puternică această ciocnire, cu atât mai acută este boala. „Iar credința este smerenie", spune Sfântul Varsanufie cel Mare.

În vremea unei consultații, pacienta, care suferea de o formă de nevroză, mi-a spus de mai multe ori cu emoție: „Doctore, am obosit să mai fiu bolnavă și vreau să mă vindec cu orice preț. În plus, nu înțeleg despre ce ciocnire dintre dorință și realitate vorbiți". La aceste cuvinte i-am răspuns cam așa: „Domnul știe necazul dumneavoastră, și dacă nu Se grăbește să schimbe situa-

ția actuală înseamnă că deocamdată nu este sfânta Lui voie să vă vindece deodată. Când sfinților li se întâmplau neplăceri, boli sau alte necazuri, ei mulțumeau lui Dumnezeu și spuneau: «După păcatele mele primesc». Iar noi ce facem? «Vreau vindecare cu orice preț». Tocmai aici este ciocnirea dintre dorință și realitate. Bineînțeles, se poate și trebuie să vă tratați, dar este foarte important să vă smeriți, să vă împăcați cu boala care v-a atins, să vă socotiți vrednică de ea și s-o primiți cu recunoștință. Domnul nu vă va uita și nu vă va lăsa să răbdați mai mult decât puteți. De asta ne încredințează și Sfântul Apostol Pavel: *Credincios este Dumnezeu, Care nu vă va lăsa să fiți ispitiți mai mult de ce puteți, ci va face împreună cu ispita și ușurarea.* Ca atare, liniștiți-vă și nu deznădăjduiți. Nevroza este o boală duhovnicească. Smeriți-vă, și totul o să treacă".

Despre bucuria pe care i-o aduce omului smerenia citim în viața Sfântului Ignatie (Brancianinov): „Ascultarea fără cârtire și adânca smerenie deosebeau purtarea ascultătorului Briancianinov în mănăstire. Cea dintâi ascultare i-a fost dată pe lângă bucătărie. Bucătar era un fost iobag al lui Alexandru Semionovici Briancianinov (tatăl Sfântului – n.a.). Chiar în ziua începerii ascultării s-a întâmplat să fie nevoie de mers în hambar după făină. Bucătarul i-a zis: «Hai, frate, să mergem după făină!» – și i-a aruncat în spate un sac de făină, încât l-a umplut tot de pulbere albă. Noul ascultător a luat sacul și a mers. În hambar, desfăcând sacul cu amândouă mâinile și înhățându-l

pe deasupra cu dinții la porunca bucătarului, ca să fie mai ușor de turnat făina, el a simțit în inimă o mișcare duhovnicească nouă, ciudată, cum nu mai încercase niciodată: propria purtare smerită, deplina uitare a propriului «eu» l-au desfătat atunci atât de mult, că și-a adus aminte de această întâmplare toată viața".

Majoritatea cercetătorilor contemporani sunt de acord că nevroza este o boală a personalității. Omul se îmbolnăvește de nevroză nu dintr-o dată: această boală are o perioadă premorbidă. Putem schița un portret aparte al „potențialului" nevrotic – mai bine zis, o galerie întreagă de tipuri, fiecare dintre acestea fiind înclinat spre transformarea forțelor morbide potențiale, ascunse, în forțe morbide reale. Una dintre particularitățile distinctive ale acestor oameni o reprezintă stilul de a gândi, ce poartă amprenta lipsei de compromis; în aprecierile lor transpare un caracter explicit categoric, o mare parte din ceea ce se petrece nu are pentru ei nuanțe, ci le apare în contrastul rău – bun.

Nevroza apare mai des ca rezultat al unor procese interioare ale personalității. Factorii externi provocatori și circumstanțele reprezintă doar ultima picătură, „apăsarea pe trăgaci" în dezvoltarea tulburărilor nevrotice. La omul înclinat spre această boală se formează o „capacitate" aparte de a reacționa în mod nervos la viață. Unele dintre cauzele dramelor sufletești (conflictele, stressurile) dispar cu timpul, devin inactuale, dar în curând locul lor este luat de altele, și boala se înnoiește.

Specialiştii fac distincţie între reacţia nevrotică, nevroza acută, nevroza trenantă şi dezvoltarea nevrotică. Schema dată ne permite să vedem şi să analizăm posibilitatea trecerii unui tip de evoluţie în altul (reacţie – nevroză – dezvoltare). Bolnavii cu diagnosticul „dezvoltare nevrotică" sunt practic incapabili de muncă şi adesea sunt pensionaţi pe motiv de boală.

Nevrozele sunt numite pe drept cuvânt „formă avansată a patimilor" (în sensul patristic al acestui cuvânt, ca dispoziţie păcătoasă a sufletului). La temelia adâncă a diversei simptomatologii nevrotice stă împuţinarea dragostei în inima omului – iar unde nu este dragoste, acolo se coc nepăsarea, ura, nerăbdarea, irascibilitatea, mânia, invidia, frica ş.a. Un pacient care suferă de o formă trenantă de nevroză recunoştea: „Mă termină invidia. Cum văd că un vecin sau un cunoscut are ceva mai bun, nu-mi mai pot găsi locul, parcă mă arde pe dinăuntru".

Mulţi nevrotici vorbesc de nesimţirea sufletească, de un anumit frig lăuntric pe care-l percep. Cuviosul Serafim din Sarov învăţa: „Dumnezeu este foc, ce încălzeşte şi aprinde inimile şi rărunchii. Aşadar, dacă simţim în inimile noastre răceală, care e de la diavol, fiindcă diavolul este rece, să Îl chemăm pe Domnul – şi El, venind, va încălzi inima noastră cu desăvârşită dragoste nu numai către El, ci şi către aproapele. Şi de faţa căldurii va fugi răceala urâtorului de bine".

Un puternic factor psihotraumatizant şi nevrogen este o boală gravă. Din păcate, puţini ştiu să fie

bolnavi creştineşte. O reacţie adecvată, bărbătească în faţa bolilor se întâlneşte rar; mult mai des la oamenii aflaţi în asemenea situaţii apar reacţii nevrotice. Astfel, profesorul V. P. Zaiţev distinge cinci tipuri de asemenea reacţii la infarctul de miocard:

1. reacţia cardiofobică: bolnavii se tem pentru inima lor, se tem de repetarea infarctului miocardic şi de moartea subită; sunt foarte prudenţi, mai ales în ceea ce priveşte tentativele de extindere a regimului activităţii fizice; intensificarea fricii este însoţită de tremurături, slăbiciune, paloare, palpitaţii;
2. reacţia depresivă: bolnavul este cu precădere apatic, descurajat;
3. reacţia ipohondrică: principala ei particularitate este exagerarea constantă şi evidentă a gravităţii propriei stări, fixaţia exagerată pe starea sănătăţii;
4. reacţia isterică: pentru aceasta sunt caracteristice egocentrismul, „etalarea" propriei suferinţe, năzuinţa de a atrage atenţia celor din jur, de a stârni compătimire;
5. reacţia anosognozică: se remarcă negarea bolii însoţită de ignorarea recomandărilor medicale şi de încălcarea crasă a regimului.

Orice boală are rădăcini duhovniceşti, dar uneori acestea sunt cu neputinţă de recunoscut – iar nevroza se evidenţiază dintre toate bolile psihice şi somatice prin faptul că reprezintă un foarte sensibil barometru moral *sui generis*. Legătura ei cu sfera duhovnicescului este evidentă, apariţia

acestei boli ca urmare a frământărilor sufletești putând fi galopantă. Totuși, păcatul nu face altceva decât să creeze terenul duhovnicesc pentru apariția nevrozei, iar dezvoltarea manifestărilor nevrotice depinde de particularitățile caracterului, de condițiile de viață și educație, de anumite premise neurofiziologice, precum și de diversele stressuri și de alte circumstanțe, multe dintre acestea fiind greu de luat în calcul.

Nu poate fi încadrat totul într-o schemă, viața e mult mai complicată. La un om se dezvoltă nevroză, la altul reacția se limitează la un șoc, boala neapărând. Esența profundă a nevrozelor este o taină știută numai de Dumnezeu.

Complicațiile legate de căutarea cauzelor apariției nevrozelor sunt în mare măsură condiționate de faptul că majoritatea savanților și a practicienilor au încercat și încearcă să rezolve această problemă complicată cu propriile puteri, fără ajutorul lui Dumnezeu, fără credința lui Hristos. Pe lângă asta, duhovnicia pacientului este fie considerată ca echivalentă cu educația, cu erudiția, fie nu este luată deloc în considerare, este negată, deși multe urmări ale vătămării duhovnicești la omul care suferă de nevroză au fost descoperite și descrise corect, cred eu. Când vorbim despre patologia procesului de autocunoaștere, despre structura „nevrotică" de gândire și despre particularitățile sferei emoționale, este neapărată nevoie să înțelegem că aceste calități s-au degradat mai întâi la nivel duhovnicesc și de-abia apoi s-au răsfrânt asupra vieții sufletești a omului.

Trebuie observat că în ultimii 10-15 ani aspectul clinic al tulburărilor nevrotice s-a modificat esențial. El a devenit mai complex, mai „încurcat" (ca de altfel și sufletele celor ce apelează la ajutorul medical), iar evoluția bolii – mai trenantă. Crește fără încetare neînțelegerea între oameni, chiar între cei mai apropiați; este din ce în ce mai greu să te apropii de mintea și de inima pacientului. Și asta nu este doar observația mea, ci și părerea multor colegi de breaslă.

Iată încă o observație. În ultimii ani a devenit foarte popular cuvântul, șfichiuitor ca o lovitură de bici, „stress". Îl cunosc până și copiii. Medicul ortodox V. K. Neviarovici arată în mod absolut corect că, „în epoca noastră, în conceptul de «stress» (din punct de vedere psihologic) au intrat aproape toate fenomenele neplăcute și apăsătoare pentru om: cearta, conflictul, supărarea, întristarea, surmenajul, invidia, dezamăgirea ș.cl. Limitele stressului sunt foarte vagi; nu întâmplător, Hans Selye (autorul teoriei stressului) afirma că, atâta timp cât omul este viu, el se află în stare de stress.

Patimile păcătoase rămân necunoscute savanților necreștini. A fost descoperit, în schimb, un nou vrăjmaș al omenirii, mistic, nevăzut, universal, care se numește «stress» și cu care știința încearcă să se lupte. Prin ce mijloace? Prin cele mai diverse – de la autotraining, masaj, băi, tranchilizante până la călătorii, meditații și dietă specială «antistress». Asta propune știința. Dar cei loviți de stress, ei ce fac? Recurg la băutură (că-i

din bătrâni lăsată), iar în ultima vreme mulți s-au împătimit și de narcotice".

Nevroza (mai ales anumite forme ale ei: stările obsesive și fricile persistente) poate fi și urmare a lucrării drăcești. De exemplu, cum altfel poate fi apreciată dorința incontrolabilă de a-ți spăla mâinile de câteva zeci de ori înainte de a mânca sau cea de a număra nasturii de la paltonul trecătorilor ș.a.m.d.? Bolnavii suferă cumplit, se simt chinuiți și împovărați de propriile stări, dar nu pot deloc să se stăpânească. De altfel, termenul medical „obsesie" poate avea în latină înțelesul de „posesie demonică". Episcopul Varnava (Beliaev) scrie: „Nerecunoscând existența demonilor, înțelepții acestei lumi nu pot explica proveniența și acțiunea obsesiilor – însă creștinul, care se ciocnește nemijlocit cu puterile întunericului și poartă mereu război – uneori chiar văzut – cu ele, le poate oferi dovada limpede a existenței demonilor. Gânduri apărute pe neașteptate, ca o furtună, năvălesc asupra celui ce caută să se mântuiască și nu-i dau nici o clipă de tihnă. Să presupunem că avem de-a face cu un nevoitor încercat. Acesta se înarmează cu puternica și tarea rugăciune a lui Iisus. Și începe, și continuă o luptă despre care nu se poate ști când se va sfârși.

Nevoitorul își poate da seama limpede care sunt propriile gânduri și care sunt cele semănate în el dinafară. Dar toată „splendoarea" de-abia acum vine. Gândurile de la cel vrăjmaș caută să-l convingă că, dacă nu cedează și nu face pe placul lor, nu se vor depărta. Nevoitorul nu cedează și continuă să se roage lui Dumnezeu pentru ajutor. Și iată că

tocmai în momentul când omului i se pare că această luptă chiar va dura la nesfârşit, când încetează să mai creadă că există o stare în care se trăieşte tihnit şi fără asemenea gânduri chinuitoare, chiar atunci gândurile pier – deodată, pe neaşteptate... Asta înseamnă că a venit harul, şi dracii au fugit. În sufletul omului se revarsă lumină, pace, linişte, limpezime, curăţie (vezi Mc. 4, 37-40).

În concluzie, ţin să subliniez că omul care suferă de nevroză nu este nici mai bun, nici mai rău decât cei din jur; boala lui este un caz particular al urmărilor păcatului. Natura omenească este vătămată de păcat din vremea protopărinţilor noştri, şi ca atare toţi suntem datori să ne pocăim şi să ne îndreptăm, nădăjduind în ajutorul şi în milostivirea lui Dumnezeu.

„În domeniul psihoterapiei, cea mai roditoare metodă este îmbinarea ajutorului pastoral cu cel medical în condiţiile cuvenitei delimitări între sfera de competenţă a medicului şi cea a preotului...

Din punct de vedere moral sunt inadmisibile abordările psihoterapeutice fundamentate pe inhibarea personalităţii bolnavului şi pe înjosirea demnităţii lui. Metodele oculte de acţiune asupra psihicului, care se deghizează uneori în psihoterapie ştiinţifică, sunt în mod categoric inacceptabile pentru Ortodoxie..."

Din „Bazele concepţiei sociale a Bisericii Ortodoxe Ruse"

Despre psihoterapie

Ca știință, psihoterapia s-a format spre sfârșitul secolului al XIX-lea. În țara noastră ea a apărut oficial în nomenclatorul specialităților medicale de-abia din 1985. Una dintre definițiile cele mai simple și ușor de înțeles sună astfel: „Psihoterapia este un sistem de acțiuni terapeutice asupra psihicului, iar prin psihic – asupra organismului bolnavului". De aici rezultă și indicațiile pentru psihoterapie. Se consideră că aceasta este cu atât mai indicată cu cât ponderea factorilor psihologici în boala respectivă este mai mare.

Dacă încercăm să exprimăm în mod concis esența orientării terapeutice luate în discuție, putem spune că ea reprezintă tratamentul prin cuvânt, mângâierea și sprijinirea sufletească a celor care cer ajutorul medicului. Acestea sunt scopurile declarate.

Remarcabil este faptul că tocmai în perioada sovietică s-a format asemenea orientare a medicinei. Ateismul nu dădea sufletului nimic luminos – lucru valabil în primul rând pentru cei bolnavi, necăjiți, pentru dezmoșteniții sorții. În plus, devenise evident pentru medici că starea sufletească a omului îi definește în multe privințe sănătatea. Și așa a luat naștere un anume paradox. Pe

de o parte, prezența sufletului în om nu era recunoscută, conceptul de suflet fiind considerat cu totul idealist, iar pe de alta, în clinici au început să apară medici care încercau să ajute tocmai... sufletului.

„Instrumentul" de bază al psihoterapeutului este cuvântul. Totuși psihoterapia este chemată să acționeze asupra omului nu numai verbal, ci și duhovnicește – căci dacă în spatele cuvintelor stă minciuna, ele nu vor aduce nici un folos. Fără puterea dătătoare de viață a Duhului, cuvântul poate fi doar sunet deșert.

În antichitate se spunea că arta medicală se sprijină pe trei piloni: cuțitul, iarba vindecătoare și cuvântul. Cuțitul este simbolul chirurgiei, iarba vindecătoare – al preparatelor medicamentoase, iar prin cuvânt se înțelege legătura vie, de la suflet la suflet, a medicului cu bolnavul.

Psihoterapia este o specialitate medicală aparte, legată nu atât cu terapia – în sensul obișnuit al acestui cuvânt –, cât cu acțiunea asupra personalității bolnavului, asupra sufletului acestuia. Scopurile pe care și le fixează ea sunt bune. Totuși, în practică a luat naștere o situație dificilă, produsă de faptul că acest domeniu al medicinei, atingându-se în modul cel mai strâns de sufletul omului și încercând să-l vindece, se arată a fi inconsistent duhovnicește, lipsit de repere morale reale.

Nu poți ușura povara de pe sufletul altui om fără să ai valori duhovnicești proprii. *Poate orb pe orb să călăuzească? Nu vor cădea amândoi în groapă?* (Lc. 6, 39).

Medicul poate fi doctor în științe, profesor universitar sau academician: asta nu schimbă în esență nimic, dacă credința creștinească este pentru el doar un sunet lipsit de conținut. Eforturile lui nu vor da sufletului orientarea de care acesta are nevoie; ele pot să-l ducă în prăpastia unor păcate grele, nefăcând altceva decât să înmulțească necazurile bolnavului. De câte ori mie și altor specialiști ortodocși nu ne-au cerut ajutorul oameni care au suferit de pe urma pseudopsihoterapeuților, a psihanaliștilor, a hipnotizatorilor etc.! Și faptele de aceste gen devin, spre marea noastră părere de rău, din ce în ce mai multe.

Inconsistența duhovnicească a psihoterapiei fundamentate pe „pluralismul" religios a permis ca în ea să-și facă cuib o cantitate uriașă de psihotehnologii oculte – occidentale, orientale și autohtone –, care pot fi numite fără nici un dubiu vătămătoare și pierzătoare de suflet.

Unul dintre principiile psihoterapiei moderne este: „Scopul scuză mijloacele". Adeseori practicanții ei dau „sfaturi" care, în loc de folos, aduc sufletului o reală pagubă. Eu și colegii mei ortodocși ne-am confruntat nu o dată cu situații când asemenea psihoterapeuți le-au propus pacienților să se „doteze" cu relații extraconjugale, pasămite în scopul normalizării relațiilor de familie: adică, mai pe șleau, era recomandată preacurvia.

La un moment dat tratam un pacient care mai înainte urmase o serie de ședințe psihoterapeutice la un psiholog lumesc. După spusele lui, în urma acestor ședințe i-a dispărut complet senti-

mentul de pocăință (se trata de narcomanie) pe care, zicea el, îl avea în suflet. Așa s-a „lucrat" cu sufletul lui... Nu este de mirare că după scurtă vreme a început iarăși să se drogheze.

Omul este sfătuit să-și mintă sau să-și manipuleze semenii dacă asta îi aduce vreun folos (recomandări de acest fel sunt cu duiumul în cărțile lui Dale Carnegie). Este cazul să spunem câteva cuvinte despre doctrina acestuia. În sfaturile și în recomandările lui Dale Carnegie nu există compasiune și dragoste autentică față de aproapele. Pentru Carnegie, omul nu este chipul și asemănarea Ziditorului, ci un mijloc de atingere a diferite scopuri (carieră, putere, bogăție, succes etc.). Sinceritatea este substituită, în cel mai bun caz, cu politețea; iubirea – cu amabilitatea. Psihologia succesului la Carnegie este conformism, capacitatea de a manipula prin comportament oamenii, abilitatea de a face impresie și de a avea efect exterior. Dar realitatea din spatele acestei măști pe autorul sus-menționatei psihotehnologii nu-l interesează. Autorul artei de a „cuceri prieteni și a influența oamenii" nu pomenește în paginile lucrărilor sale despre firea cea după chipul lui Dumnezeu a sufletului omenesc. Cititorul producțiilor lui Carnegie nu va afla nicăieri trimiteri și referiri la Sfânta Scriptură. Psihologia lui Dale Carnegie este o psihologie a substituirii valorilor creștinești cu valori pseudoumaniste.

Tragedia științei contemporane despre suflet stă în faptul că aceasta favorizează păcatele și patimile omului, că tinde în fel și chip să-i hiper-

trofieze aprecierea de sine ori că pune accentul pe meditaţie[3], pe autoreglarea psihică prin stări de alterare a conştiinţei.

N. A. Laişa scoate la lumină aspecte importante ale acestei teme: „De ce există un asemenea haos în sfera asistenţei psihologice şi psihoterapeutice? Problema este că în psihologia şi psihoterapia ştiinţifică contemporană nu există o unitate de vederi asupra naturii omului, asupra sursei care impulsionează activitatea lui, asupra cauzei apariţiei tulburărilor neuropsihice. Există mai mult de douăsprezece (!) concepţii principale asupra personalităţii recunoscute în psihologia contemporană – şi fiecare dintre ele are adepţii săi. Totuşi, fiecare dintre aceste concepţii nu este în esenţa sa altceva decât o „psihoteologie" sau o „psihoreligie", în fruntea căreia se află un predicator de forţă. Aceasta este părerea lui D. Grinder şi a lui R. Bendler, fondatorii programării neurolingvistice – una dintre cele mai puternice psihotehnologii contemporane. Fiind de regulă ateu, autorul fiecăreia dintre teoriile asupra personalităţii edifică propria „teologie", propria pseudoreligie, propria „credinţă". Convins de adevărul viziunii lui asupra naturii omului, de corectitudinea propriei concepţii despre lume, de puritatea experienţei sale, el îşi apără vederile, năzuieşte să-şi convingă oponenţii şi, devenind „învăţător", întemeietor al unor noi doctrine, concepţii, teorii, îi cheamă pe toţi să-l urmeze anume pe el".

[3] În cartea de faţă termenul de „meditaţie" desemnează **doar** meditaţia de tipul celei practicate în religiile orientale (n. tr.).

Cu câțiva ani în urmă, în timpul unui seminar de psihologie și psihoterapie, am realizat un studiu interesant și, în multe privințe, relevant. Participanților li s-a propus să-și amintească și să consemneze în scris 10-12 evenimente din ultimii cinci ani care au lăsat în memoria lor amprenta cea mai puternică. După aceea, evenimentele cu pricina au fost împărțite în patru categorii: sănătate, activitate, contacte, valori spirituale.

Prima secțiune era alcătuită din evenimentele legate de sănătate, activitate fizică, sport ș.a.m.d. A doua – din cele legate de activitatea profesională, creativă, științifică, pedagogică, precum și de autoeducare, hobby-uri ș.a.m.d. Secțiunea de contacte includea un spectru larg de comunicare, de la cea profesională până la cea personală. La „valori spirituale" se referea tot ce era legat de problemele religiozității, viziunii asupra lumii, impresiile rămase în urma citirii unor cărți de spiritualitate, întâlniri folositoare pentru suflet ș.a.m.d.

Au fost primite cu totul 205 răspunsuri, dintre care doar patru intrau în sfera „valori spirituale", și doar în două dintre cazuri era vorba de spiritualitatea ortodoxă.

Iată ce tablou întunecat... Pe specialiștii chemați să vindece sufletul tocmai sufletul (al lor și al altora) îi interesează cel mai puțin. În țara noastră, psihoterapia s-a trezit în situația unui copil aruncat, fără educație și fără supraveghere, în vârtejul vieții. Și, cum se întâmplă în asemenea cazuri, copilul n-a ales direcția cea mai bună. Putem face și o altă analogie. Psihoterapia s-a trezit

în situația unui om care stă pe un sac cu aur, dar care întinde mâna la pomană. Duhovnicia Sfintei Rusii n-a fost solicitată (pentru a câta oară?), lumina Ortodoxiei nu a atras atenția savanților și a majorității practicienilor.

Câtă dreptate are psihoterapeutul ortodox V.K. Neviarovici atunci când spune: „Lipsa delimitărilor necesare a transformat psihoterapia într-un strat amorf format din toate surogatele cu putință, începând de la tehnicile hipnotice încetățenite până la metode de șamanism, dansuri, transe cu coloratură sexuală și meditație sterilă în sfere abstracte".

Sfânta Biserică Ortodoxă a înfierat în toate epocile practicile oculte, vrăjitorești de orice fel.

În Pravila Bisericească, care este întemeiată pe hotărârile Sinoadelor Ecumenice și pe îndrumările Sfinților Părinți și care reprezintă chintesența canoanelor și dogmelor bisericești, atare activitate este definită exact și limpede ca lucrare satanică, pierzătoare. Bineînțeles că nici un duhovnic nu va sfătui pe cineva să recurgă la ajutorul vrăjitoarelor sau al ghicitoarelor – dar poate că îi va da binecuvântare să ceară ajutorul unui psihoterapeut profesionist. Și aici pe bolnav îl paște deseori un serios pericol. Trebuie înțeles faptul că psihoterapia nu poate fi despărțită de concepția despre lume a celui care o practică. În cele ce urmează ne vom opri mai amănunțit asupra acestei teme.

Pregătirea viitorilor psihoterapeuți este realizată pe un teren lipsit de duhovnicie. Grila pentru examenul de specialitate abundă literalmente în

tot felul de porcării. Ca să nu credeți că acestea sunt vorbe goale, iată un exemplu. La întrebarea: „Ce i-ați recomanda să citească unui bolnav de psihastenie pentru stimularea subconștientului său lipsit de vigoare?", răspunsul corect era: „Operele lui Guy de Maupassant". Așadar, comentariile sunt de prisos.

Cunosc de asemenea cazuri când la cursurile de perfecționare și reciclare se studiau, într-un cadru perfect oficial, metodele șamanilor din Extremul Orient.

DESPRE PSIHOLOGIA CARE A PIERDUT SUFLETUL

Trebuie spus, de asemenea, că psihoterapia e strâns legată de psihologie. Aceasta din urmă formează în multe privințe gândirea psihoterapeutului, întrucât îi formează modul în care își reprezintă procesele sufletești ale omului sănătos. Aproape opt decenii, știința psihologică s-a străduit să existe fără Dumnezeu. Îmi amintesc cursurile de psihologie pe care le-am audiat de-a lungul anilor de învățătură și oftez cu amărăciune. „A nu vedea pădurea de copaci" – asta e caracterizarea ce li s-ar potrivi. Altfel spus, în spatele termenilor sofisticați nu se mai vedea sufletul omenesc. Până când nu am făcut cunoștință cu scrierile Sfinților Părinți, și eu mă aflam ca într-o ceață. Înțelepțește-ne, Doamne!

Tehnicile psihoterapeutice reprezintă un produs al vederilor psihologiei asupra naturii omului. Actualmente, în psihologie (cea necreștină) domină trei școli științifice principale, și anume: behaviorismul, psihanaliza și psihologia umanistă.

La baza behaviorismului a fost pusă concepția despre om ca animal ce se distinge printr-un comportament rațional, pe care o susținea fondatorul

acestei direcții din psihologie, J. Watson. Se înțelege că behaviorismul este o formă de materialism consecvent. Metoda lui terapeutică e psihoterapia comportamentală.

Psihanaliza îl privește pe om ca pe un individ cu nivel înalt de organizare, la care predomină sexualitatea și agresivitatea. Sigmund Freud, autorul doctrinei psihanalitice, era ateu militant, care a afirmat că „religia este o nebunie de masă“. Procedura psihanalitică poate aminti de departe de o spovedanie, dar fără pocăință, fără Dumnezeu. Freud n-a lăsat câtuși de puțin loc în personalitatea umană pentru duhovnicie.

Psihologia umanistă a proclamat drept idee principală a sa apelul la personalitatea umană. Pentru gruparea psihologilor umaniști, postulatele fundamentale sunt năzuința către autodesăvârșire, către autodezvoltarea personalității. În ultimă instanță, tendințele acestea i-au condus la ideea că omul este începutul și sfârșitul existenței, iar „eul“ lui are o importanță absolută.

În articolul „Psihoterapia: ispita falsificării“, preotul Mihail Nedelski scria pe această temă cu o desăvârșită exactitate:

„Tragedia intelectuală a omenirii contemporane constă în faptul că ea începe să-l privească pe omul osândit, bolnav și muritor ca pe un om normal și să deducă pe baza comportamentului său sisteme filosofice, politice și științifice care pretind adesea că sunt absolute și exhaustive. Aici este o groaznică rătăcire și, poate chiar mai mult, se poate vorbi despre o deviație de importanță

universală a gândirii. Ca și cum cineva ar lua din închisoare un criminal nebun, bolnav, condamnat, în lanțuri, l-ar studia în ideea că este un om normal și, pe baza comportamentului său și a legilor fiziologice care îl conduc, ar trage concluzii privitoare la originea omului și la formele ideale de viață personală, familială și socială.

Numai Biserica Ortodoxă îl privește pe om ca din punctul de vedere al lui Dumnezeu, în unitatea existenței sale, începând de la crearea lui de către Dumnezeu, prin cădere, moarte, înviere și nemurire, fără a se limita doar la ființarea vremelnică, neesențială, pe pământ în starea căzută de osândă și de păcat".

Actualmente, în psihologie prinde puteri „al patrulea val". Este vorba de așa-numita psihologie transpersonală. Adepții ei propun realizarea „purificării sufletești" cu ajutorul hiperventilației (al ritmului crescut de respirație), al hipnozei, al muzicii special alese și al anumitor preparate psihotrope. Nici nu vreau să mai comentez caracterul pierzător de suflet și mârșav al acestei, să-i zicem cu indulgență, proceduri.

Din cele spuse mai sus poate fi trasă concluzia următoare: cum este teoria, așa este și practica – în speță psihoterapia contemporană.

Unul dintre autorii Enciclopediei Britanice din anii '70 scria: „Sărmana, sărmana psihologie: la început a pierdut sufletul, apoi psihicul, apoi conștiința, iar acum are dubii în privința comportamentului".

Școlile psihologice sus-numite s-au dezvoltat în țările Europei Occidentale, însă acum migrea-

ză în mod activ în Rusia și în tot spațiul postsovietic, atrăgând mințile psihologilor și psihoterapeuților de la noi, care au fost educați în duhul ateismului și al materialismului. Psihologia creștină ortodoxă deocamdată de-abia renaște. Ce cale vor alege știința psihologică și psihoterapia noastră? Problema rămâne încă deschisă.

Psihologia ortodoxă (conspect)

Despre însemnătatea studierii psihologiei ortodoxe ieromonahul Sampson (Sievers) scria: „...obiectul «Psihologia Ortodoxă» ar analiza psihologia patimilor păcătoase, a înclinării către ele, a modurilor de manifestare a acestora, a rădăcinilor și provenienței lor, și i-ar învăța pe păstori să fie doctori ai păcatelor și patimilor celor ce se pocăiesc, și ar putea să ducă în mod convingător la pocăință – aceasta nefiind simpla recunoaștere a păcatelor prin numirea lor în fața preotului la spovedanie, ci nașterea cea de-a doua a inimii pe care o însoțește aducerea de roade recunoașterii păcatului“.

„Când dorește să purceadă la studierea psihologiei Sfinților Părinți, oricine a studiat psihologia științifică (lumească) trebuie să se pregătească a întâlni o mare deosebire între ele.

Savanții psihologi din lume, fiind ei înșiși oameni sufletesc-trupești, studiază întotdeauna oameni sufletesc-trupești, și numai din punctul de vedere sufletesc-trupesc. Ei s-au afundat atât de mult în trupesc, încât au început să socoată studi-

erea fenomenelor psihice cu ajutorul metodelor psihometrice și a feluritelor mașini drept cea mai înaltă achiziție a științei. Această uluitoare îngustime de viziune asupra lumii și supunerea servilă față de orientarea materialistă, care îi fac asemănători unui ocnaș ale cărui mâini și picioare sunt ferecate cu lanțuri de roaba sa – în cazul dat, lanțurile fiind diversele «autorități» și «duhul vremii» –, nu le îngăduie să vadă și să creadă că, pe lângă amfiteatrele și cabinetele, și institutele lor experimentale, există și o altă viață, unde împărățește libertatea gândirii duhovnicești – viață plină de strălucirea vieții veșnice și de buna mireasmă a descoperirilor cerești...

Psihologia Sfinților Părinți, care este dinamică, vie în cea mai înaltă măsură, privește problema la scara largă a duhului pretutindenea-mișcător – duh care a sfărâmat legăturile și lanțurile lumii, care se luptă cu propriile patimi și care a depășit limitele materialismului.

Savanții psihologi nu cunosc și nu bănuiesc nici sentimentele, nici dispozițiile sufletești de care arde nevoitorul. Ei nu studiază nici chiar mișcările propriilor patimi: ale trufiei, slavei deșarte, necredinței, dorinței de a face plăcere trupului – și totuși, ce lucru ar fi mai firesc decât acesta?

Iar psihologia Sfinților Părinți este descoperirea vieții noi. Este pătrundere în colțișoare și în adâncimi ale duhului omenesc unde nici un psiholog, cu toate instrumentele lui fine, nu poate ajunge. A intra în studiul psihologiei Sfinților Pă-

rinţi înseamnă a intra într-o mare de necuprins cu privirea şi fără fund a descoperirilor şi luminărilor duhovniceşti.

Aşadar, savanţii văd în minte, sentiment şi voinţă doar un aspect – cel păcătos, împotriva firii (care pentru ei este, de altfel, cel normal).

Iar Sfinţii Părinţi, când judecă despre puterea înţelegătoare, cea mânioasă şi cea poftitoare a sufletului n-o fac doar în privinţa omului trupesc, ci şi în privinţa celui ce se luptă cu patimile, chiar şi în privinţa sfântului. Ei studiază viaţa duhovnicească în trei planuri (duhovnicesc, sufletesc, trupesc) şi pe trei axe (puteri ale sufletului): din nouă puncte de vedere deodată ! Nu mai vorbesc despre nenumăratele nuanţe. Tocmai asta trebuie să aibă oricine în vedere când studiază scrierile ascetice. Tocmai prin asta se şi deosebeşte ascetica de psihologia scolastic-universitară".

Episcop Varnava (Beliaev)

În scrierile Sfinţilor Părinţi găsim exemple remarcabile de observaţie psihologică. Despre omul incapabil să conducă puterile ce lucrează în el citim la Ierarhul Teofan Zăvorâtul următoarele: „Raţiunea lui este înnegurată, visătoare şi desprinsă de realitate, fiindcă nu este ţinută în frâu de inimă şi cârmuită de voinţă; voinţa este samavolnică şi împietrită fiindcă n-ascultă de raţiune şi nu ia seama la inimă; inima este neînfrânată, oarbă şi nărăvaşă, fiindcă nu vrea să urmeze celor arătate de minte şi nu este ţinută în trezvie de puterea voinţei. Şi nu numai că puteri-

le acestea nu se mai ajută între ele, dar chiar fiecare a luat o îndreptare vrăjmaşă celorlalte: una o tăgăduieşte pe cealaltă, parcă vrea s-o înghită şi s-o mistuie..." După spusele Ierarhului Teofan, „lumea lăuntrică a omului păcătos este plină de samavolnicie, neorânduială şi stricăciune".

Psihoterapia: abordarea ortodoxă

Într-una din cărțile sale teologice editate pentru mireni la începutul secolului și reeditate în vremea noastră, protoiereul Grigori Diacenko a scris următoarele rânduri, care pot defini esența psihoterapiei ortodoxe: „*Mărturisiți-vă unul altuia greșalele*, a zis Sfântul Apostol Iacov. Dar ce facem noi din această poruncă? Ni se spune că este de ajuns să ne mărturisim înaintea lui Dumnezeu prin taina pocăinței. Ca să fim iertați – da, fără îndoială. Vedeți însă că, pe lângă asta, în ființa omului este cuprinsă o tainică, dar stăruitoare trebuință de a se deschide către alt om.

La lumină iese numai latura exterioară și de suprafață a vieții noastre, latură din care aceasta se prezintă sub un chip plăcut. Sunt însă clipe când apare cerința să se descopere realitatea, să se vădească esența acestei vieți, ca cel puțin unul dintre semenii noștri să știe tot ce nevoia și ispitele ascund în noi. La asta ne dă ghes nu franchețea, ci nevoia profundă de a fi înțeleși, ușurați, mângâiați; și oare nu știm ce binefăcătoare și izbăvitoare sunt asemenea mărturisiri? Oare nu știm că anumite ispite care ne înconjoară, ispite vagi și tul-

buri, își pierd puterea și farmecul în urma simplei dezvăluiri prin cuvinte? Oare nu știm câtă putere și mângâiere ne poate da o inimă bine educată duhovnicește care ne ascultă, ne înțelege?...

Oare aproapele tău va găsi această inimă la tine, fratele meu? Oare va găsi el milostivirea gata să îl asculte și să-i păstreze tăinuită mărturisirea? Oare va găsi atenția plină de seriozitate, care nu face pe nimeni să se simtă nelalocul său și care este singura ce merită încredere?"

Totuși, din păcate, la ora actuală creștinii sunt o minoritate în rândul psihiatrilor și psihoterapeuților. Psihoterapia, care încearcă prin diverse metode să ajute sufletului tulburat, numără astăzi mii de tehnici psihocorective – dar cantitatea nu poate fi un substitut pentru calitate. Adevărata vindecare de suferința sufletească se poate petrece numai prin pocăință, care cere eforturi duhovnicești și care e străină de obiceiurile multora dintre contemporanii noștri, inclusiv ale medicilor. În atare circumstanțe, nu este de mirare că diversele metode terapeutice la nivel rațional și emoțional nu sunt nici pe departe atotputernice și că ele au doar un efect temporar.

Sunt convins că psihoterapia realizată după principiul: „Răbdați, o să treacă tot" este în majoritatea cazurilor pur și simplu inadmisibilă.

Voi mai da câteva exemple. O femeie de vârstă mijlocie și-a pierdut unicul fiu. Jalea, lacrimile, disperarea n-au părăsit-o nici o zi din clipa catastrofei auto care se petrecuse cu doi ani înainte...

Alt exemplu. Un om încă tânăr, care la cei 38 de ani ai săi a suferit două infarcte miocardice...

Nu foarte demult, în stare de anxietate marcată, mi s-a adresat un întreprinzător foarte avut, în vârstă de 52 de ani. Acesta mi-a adus la cunoștință că nu vrea să mai trăiască, fiindcă nu vede nici un sens în viața sa. În ultimii opt ani fusese căsătorit de trei ori cu femei de două ori mai tinere decât el, agonisise un capital frumos – și iată la ce deznodământ jalnic a ajuns.

Există o temă practic interzisă în medicina și în psihologia lumească. Tema morții. Se preferă ca moartea să fie trecută sub tăcere. Știința este aici neputincioasă. Bolnavii în stare gravă sunt încurajați în mod constant: „Totul o să fie bine, totul o să fie în regulă". Și omul moare în această minciună. Moare nepregătit, fără pocăință, fără testament duhovnicesc.

Pentru ortodox, aducerea-aminte de ceasul morții este unul dintre lucrurile principale în viață. Creștinul cere de la Domnul, din tinerețe, „sfârșit fără durere, neînfruntat, în pace și răspuns bun la Înfricoșătoarea Judecată".

Când citești despre sfârșitul drepților și al sfinților, nu de jale, ci de cutremur smerit și de bucurie se umple sufletul...

Pentru medicul dedicat psihoterapiei este foarte important să aibă propriile valori duhovnicești care să-i definească munca cu pacienții. Fără o platformă duhovnicească, ortodoxă proprie, el nu va putea să distingă cauzele situaționale (psihosociale) și biologice ale îmbolnăvirilor de cele

legate de viziunea asupra lumii. Iar dacă la consult va veni un om al cărui suflet năzuiește să-L afle pe Domnul, psihoterapeutul ortodox trebuie să-l ajute în această privință.

Bineînțeles, medicul nu poate lua locul preotului: el doar îi premerge, reprezentând uneori „frâul" care-l împiedică pe pacient să cadă în mai mari ispite și păcate – beție, curvie, sinucidere.

Preotul și medicul sunt împreună-lucrători cu Dumnezeu în lucrarea îngrijirii sufletelor.

Sarcina noastră, adică sarcina medicilor care și-au închinat viața îngrijirii medicale ortodoxe a sufletelor, este renașterea tradițiilor ortodoxe în medicină și în psihologie. Trebuie să ne ținem strâns de Credința Ortodoxă și să împărțim această comoară mântuitoare cu pacienții noștri, să îi iubim și să le purtăm poverile.

Moștenirea Sfinților Părinți este baza psihoterapiei ortodoxe.

În învățătura Sfinților Părinți sunt cuprinse toate lucrurile indispensabile pentru vindecarea și mântuirea sufletului. Ca atare, a nu recurge la această comoară ar fi un lucru ilogic și păcătos.

Trăsătura distinctivă a psihoterapiei ortodoxe este milostivirea creștinească, împreună-pătimirea, laolaltă cu abilitatea de a folosi cunoștințele psihoterapeutice și în general medicale.

Sfântului Ierarh Luca (Voino-Iasenețki) îi aparțin următoarele cuvinte privitoare la psihoterapie: „Psihoterapia, care constă în acțiunea prin cuvânt, mai bine zis duhovnicească, a medicului asupra bolnavului, este o metodă general recu-

noscută, care adesea dă rezultate excelente, de tratare a multor boli". Aici trebuie pus un accent foarte important: de fapt, esența psihoterapiei constă nu în acțiunea prin cuvânt, ci în cea duhovnicească. Deoarece cuvântul care nu este înduhovnicit prin puterea de viață făcătoare a Duhului este o formă goală.

În psihoterapia ortodoxă, sau, cum o numim adesea, patristică, consultul este în primul rând o întâlnire în Hristos. Chiar dacă pacientul nu este creștin, medicul ortodox nu privește întâlnirea cu el ca pe un lucru întâmplător. Totodată, el este dator să se comporte cu cea mai mare evlavie față de sufletul unui asemenea om și să facă pentru a-l ajutora tot ce-i stă în puteri.

Bolnavii de profil psihoterapeutic constituie un contingent cu totul special. Suferințele lor sunt deseori legate de conflicte morale, probleme familiale, boli grave, căutări spirituale. În ochii medicului privește de regulă un om care trăiește un deficit de dragoste, de înțelegere, de sprijin din partea celor apropiați. La specialist el a apelat atunci când sufletul i s-a umplut literalmente cu vârf de trăiri dureroase. Câteodată, aceste trăiri se transformă în simptome somatice puternic exprimate, în diverse boli și alte tulburări.

Văzând în cabinetul meu icoane, candelă, cărți patristice, nu rareori pacienții mă întreabă din proprie inițiativă despre sensul vieții. Și atunci le vorbesc celor cu inima deschisă despre Ortodoxie, despre înțelegerea creștinească a sensului vieții, a sensului bolii și suferinței.

Acţiunea psihoterapeutică trebuie, după mine, să aibă o ierarhizare a scopurilor: de la cele mai apropiate (liniştirea, insuflarea nădejdii, înlăturarea simptomelor îmbolnăvirii) până la cele principale (creşterea şi dezvoltarea lăuntrică, întoarcerea la valorile netrecătoare). În caz contrar, psihopractica poate deveni o manipulare nu lipsită de primejdii a sufletelor omeneşti sau poate avea doar un efect „cosmetic".

Potrivit profundei mele convingeri, psihoterapia trebuie să devină, când acest lucru este posibil, o „punte" către Ortodoxie. Mă bucur sincer văzându-i în biserică pe unii dintre foştii mei pacienţi. Chiar dacă mai apoi vor trece pe la cabinetul psihoterapeutului, cel mai des o vor face ca musafiri, fiindcă sufletele lor L-au dobândit pe Vindecătorul Atotputernic – Domnul Iisus Hristos.

Vreau să vă dau încă un exemplu. Timp de trei ani am lucrat la secţia de recuperare a unei clinici cardiologice. Sarcina mea era să încerc recuperarea psihologică a bolnavilor după infarctul de miocard. Oamenii care veneau la consultaţie – aceştia erau în general bărbaţi de vârstă lucrătoare – nu îşi găseau locul. Dispoziţia lor era deprimată, în ochi le apăreau des lacrimi. Unii erau nedumeriţi, pierduţi şi nu le venea să creadă că li s-a întâmplat aşa ceva. Este de mirare? Oameni la 45-50 de ani, cu o mulţime de visuri, de planuri... Şi dintr-o dată, o boală gravă ca infarctul. Mulţi se cutremurau, li se făcea „pielea găinii" doar la auzul acestui cuvânt.

Potrivit dispozițiilor, eu, ca medic psihoterapeut și psihiatru, eram însărcinat cu diagnosticarea anomaliilor psihice și cu vindecarea lor cu ajutorul medicamentelor și al acțiunii psihologice. Diverși cercetători au stabilit că, uneori și la 6-12 luni de la apariția infarctului, 90% dintre pacienți sunt deprimați. Cauzele persistenței acestei depresii sunt legate, după cum au arătat observațiile făcute, de pierderea sensului vieții, de prăbușirea speranțelor.

Familiarizându-mă în detaliu cu literatura privitoare la recuperarea psihologică a bolnavilor de infarct, am sesizat o tendință, care poate fi definită ca „fugă de realitate“, „ștergere a unghiurilor ascuțite“. Desigur, omul trebuie neapărat să se liniștească, dar mai departe? Îmi puneam această întrebare foarte frecvent.

Am început să le citesc din scrierile Sfinților Părinți pacienților doritori. Am ascultat împreună cântări duhovnicești, ne-am întâlnit cu clerici. Spre marea bucurie a noastră, a tuturor, clinica de cardiologie se afla chiar lângă catedrala Intrării în Biserică a Maicii Domnului. Unii bolnavi mergeau la slujbe (în limita puterilor), se pregăteau de Spovedanie și de Sfânta Împărtășanie. Uneori, bolnavul începea tratamentul în stare foarte gravă. Urma etapa de recuperare – iar înaintea ieșirii din spital se spovedea și se împărtășea. Slavă lui Dumnezeu!

Doctorul V. K. Neviarovici din Voronej arată cu multă exactitate că „procesul convorbirii psihoterapeutice poate fi comparat cu o mișcare

înainte. Harta după care verificăm corectitudinea cursului nostru este Evanghelia, iar scopul este Însuşi Domnul nostru Iisus Hristos. Începutul mişcării este locul şi starea în care bolnavul a venit la consultaţie".

Lucrând cu pacienţii, psihoterapeutul ortodox N. D. Guriev din Moscova îi conduce în procesul psihoterapiei la acceptarea tezei potrivit căreia „fericirea omului depinde de duhovnicia lui". Despre metodologia lui N. D. Guriev se poate citi mai amănunţit în cartea lui „Patimile şi întruparea lor în boli".

N. A. Laişa, psihoterapeut ortododox din Bielorusia, a cercetat mult timp problema motivaţiei în calitatea acesteia de categorie psihologică şi a ajuns la concluzia că în multe cazuri purtarea omului este determinată de patimi. Tocmai acestea, înrădăcinându-se adânc, îl împing pe om la fapte păcătoase. Din această perspectivă, devine limpede cum de în jurul nostru sunt atât de multe conflicte, gesturi stupide, necugetate, răutăcioase, de ce atât de mult din viaţa noastră contrazice cea mai elementară logică şi bunul-simţ.

O. Gh. Sâropiatov, doctor în ştiinţe medicale, arată foarte corect că „antropologia ortodoxă este diametral opusă obişnuitelor abordări psihoterapeutice ale omului. Dacă pentru cel mai nou val din psihoterapie este caracteristică utilizarea psihotehnicilor pentru «transformarea personalităţii», potrivit învăţăturii Bisericii omul nu-şi pierde niciodată personalitatea în calea sa spre unirea cu Dumnezeu, deşi renunţă de bunăvoie la încli-

nările sale ce țin de firea căzută. Viața duhovnicească este întotdeauna conștientă, în vreme ce inconștiența, pe care își edifică sistemele majoritatea școlilor psihoterapeutice, este semn al întunericului și al păcatului".

Este foarte important să apreciem corect nu doar acuzele pacientului sau caracterul situației conflictuale, ci și starea sufletească a celui în cauză, purtarea care a premers respectivelor evenimente. Din acest punct de vedere, uneori este mai important să apreciem nu acuzele în sine, ci „contextul" circumstanțelor de viață care au dus la ele. În acest scop, în timpul primei întâlniri îl rugăm pe pacient să numească câteva evenimente importante din viața pe care a dus-o în ultimii trei-cinci ani și să le comenteze oral sau în scris.

Structura convorbirii cu pacientul care vine pentru prima dată la consultație poate fi reprezentată după cum urmează: cunoștința; elucidarea tabloului intern al bolii; discutarea problemelor actuale; tragerea concluziilor.

Pacienților noștri trebuie să le dăm în primul rând dragoste și căldură sufletească. Iar de cunoștințe este nevoie ca să aplicăm mai bine această dragoste. Lipsa de pace sufletească, pierderea stăpânirii de sine... Tocmai de aici provin o mulțime de neplăceri, certuri, conflicte, boli, dezordini în familie și toate cele de acest fel, pe care nici nu e posibil să le enumerăm. Sarcina medicului este ca pacientul să găsească pacea cu sine însuși, iar prin aceasta și pacea cu Dumnezeu.

Una dintre cele mai importante sarcini ale psihoterapiei ortodoxe este conlucrarea cu omul

(pacientul) în conștientizarea de către el a mecanismelor psihologice pătimașe ale bolii sau a situației conflictuale.

Psihoterapia ortodoxă este de nepreţuit în recuperarea celor ce suferă de narcomanie, de alcoolism. Sarcina fundamentală a măsurilor psihoterapeutice luate va fi formarea în suferinzi a unei atitudini care privește narcomania, respectiv beția, ca pe o boală ce ține de păcat.

În concluzie, se poate spune că într-adevăr eficace și folositoare va fi numai acea asistență psihoterapeutică ce duce la Hristos și este realizată de un medic sau psiholog ortodox, care se pocăiește și își îndreaptă propria viață. În acest caz, cuvântul specialistului va fi întărit de puterea harică a lui Dumnezeu și îl va mângâia pe cel bolnav, îi va arăta drumul către Cel al Cărui Cuvânt este Adevărul, Calea și Viața! Psihoterapia îl poate ajuta pe om să se înțeleagă mai bine pe sine însuși, să-și înțeleagă mai bine starea sufletească, să dea o apreciere mai profundă diverselor situații conflictuale, să se calmeze ș.a.m.d. Totuși, nici o psihoterapie n-are puterea de a învinge în sufletul omului păcatele și patimile: aceasta – cu condiția ca și omul să se silească duhovnicește – o poate face numai Domnul.

Oponenții spun: „Nu poate exista o psihoterapie ortodoxă; nu este admisibil ca medicul ortodox să insufle convingerile sale religioase altor oameni, de vreme ce au dreptul la existență și alte doctrine religioase". Iată părerea mea. În cazul dat, eu văd următoarea rezolvare a proble-

mei: dacă medicul psihoterapeut este un om credincios, ortodox, practica lui de îngrijire a sufletului se va baza pe valori creștine. Iar în arsenalul lui nu vor exista tehnici meditative, transe hipnotice și alte metode de acest fel, care aduc distrugere în sufletul pacientului. Se înțelege, de asemenea, că medicul ortodox va vorbi despre credință și duhovnicie cu oamenii care vor să audă de așa ceva. Crezând cu tărie că Adevărul este unul singur și că el există numai în sfânta Ortodoxie, medicul credincios nu va propune spre „probare“ dogmele altor confesiuni și religii. Astfel, medicul ortodox va face o psihoterapie ortodoxă.

Precum s-a definit mai sus, psihoterapia este un mod specific de asistență medicală, căci teoria și practica ei se concentrează asupra sufletului omenesc. Este firesc ca ortodoxul să tindă spre a fi consultat de un medic ortodox. Încă ceva: în Rusia, ortodocșii alcătuiesc principalul strat formator de cultură al societății noastre, sunt milioane de oameni. Iar nouă, medicilor ortodocși, ni se repetă neîncetat: „Nu aveți dreptul! Încercați să mărginiți știința la cadrele concepțiilor biblice!...“ Dar, dați-mi voie, de ce? Dacă la un medic credincios s-a prezentat la consult un pacient credincios, de ce ar trebui să-și ascundă unul față de celălalt convingerile? Pe de altă parte, se întâmplă și așa: văzând în cabinet icoane, candelă, bolnavul cere singur să i se vorbească despre credință, despre Biserică, și discuția capătă treptat un cu totul alt conținut. Cred că este vremea să fie recunoscută o nouă orientare moral-religioasă în medicină, și anume psihoterapia ortodoxă.

„Biserica și medicina: sănătatea psihică a omului“ – sub această deviză s-au desfășurat la Minsk, în mai 2000, Sesiunea de Comunicări Eparhială, la care au fost invitați clerici, medici, psihologi, lucrători în domeniul asistenței sociale nu doar din Bielorusia, ci și din Rusia și Ucraina. În rezoluția pregătită de noi sunt subliniate următoarele:

„Psihiatria, psihoterapia și psihologia medicală, ce includ în denumirile lor categoria de suflet (psyche), reprezintă acele secțiuni ale științei medicale care sunt obligate să cerceteze cauzele moral-duhovnicești ale bolilor neuropsihice și psihosomatice. Noi dăm mărturie despre legătura cauzală directă dintre formele păcătoase de comportament și tulburările neuropsihice.

Noi – participanții la Sesiunea de Comunicări Eparhială de la Minsk cu titlul: «Biserica și medicina: sănătatea psihică a omului» – ne manifestăm îngrijorarea în legătură cu:

- creșterea vertiginoasă a tulburărilor neuropsihice, a alcoolismului, a narcomaniei;
- consecințele activității distructive a sectelor totalitare și a practicilor oculte;
- răspândirea pretutindeni a diverselor psihotehnologii distructive occidentale și orientale;
- caracterul asistenței psihologice și psihoterapeutice acordate, care în esența sa este cu precădere anticreștină și distructivă prin urmările sale asupra personalității;
- pregătirea specialiștilor din domeniul ocrotirii sănătății psihice a populației fără a se

lua în considerare valorile moral-duhovnicești ortodoxe".

Mai jos sunt date principiile fundamentale ale psihoterapiei ortodoxe, elaborate împreună cu psihoterapeutul ortodox V. K. Neviarovici.

Dă-ne, Doamne, înțelepciune și putere ca să vindecăm bolile sufletești întru slava Ta!

Principiile fundamentale ale psihoterapiei ortodoxe

Mărturisirea credinței Ortodoxe însoțită de aplicarea Adevărului ei mântuitor și a curăției ei duhovnicești în procesul terapeutic. Intrând în atingere cu sufletul celui pe care îl îngrijesc, psihoterapeuții sunt datori să aibă simțământul evlaviei, pentru că orice om are cel mai mare dar al lui Dumnezeu – sfântul odor al sufletului, care a fost zidit după chipul și asemănarea Făcătorului.

Întemeierea activității terapeutice pe moștenirea Sfinților Părinți. Pacienții trebuie îndrumați să-și însușească deprinderile indispensabile în ce privește cunoașterea de sine, perfecționarea duhovnicească și educația morală. Conlucrarea la îmbisericirea bolnavilor și suferinzilor.

Excluderea din activitatea terapeutică a metodelor legate de violarea personalității, minciună, fățărnicie, a psihotehnicilor ocult-mistice, mecaniciste (de tip programare, codare ș.a.) și a celorlalte acțiuni vătămătoare de suflet.

Scrisori ale colegilor

„Stimate Dmitri Aleksandrovici!

Am citit cu mare interes cartea Dvs. «Din jurnalul unui psihiatru ortodox». Lucrez ca specialist în psihologia copilului. Am de rezolvat o mulțime de probleme dintre cele mai variate, legate de fricile, anxietatea, anxietatea copiilor cu așa-numitul «comportament evitant». Majoritatea familiilor cu care am de lucrat sunt de necredincioși. Unii dintre ei sunt gata să primească credința; simt asta și mă străduiesc să le ajut în această privință. Dar alții, care au și mai mare nevoie de ajutor, sunt foarte departe de credința adevărată și fie sunt gata să creadă în te miri ce, fie sunt atei convinși. Iar de ajutat trebuie ajutați toți.

În ceea ce mă privește, am absolvit Facultatea de Psihologie a Universității de Stat din Moscova pe când eram încă necredincioasă. Credința ortodoxă am dobândit-o mai târziu. Și așa se face că viziunea mea asupra lumii, precum și cunoștințele profesionale dobândite în facultate sunt prost articulate între ele. Nădăjduiesc într-o colaborare.

Cu respect, L.“

„Stimate Avdeev D. A.!

Țin în mâini cartea Dvs. Actualmente sunt studentă la profilul Sociologie și Psihologie și peste câteva luni trebuie să primesc o diplomă cu drept de practică.

Chiar de la început am venit să învăț psihologie cu dorința de a nu ieși din hotarele canoanelor ortodoxe. Mi s-a promis aceasta, dar acum, când facem practică, s-a vădit că sufletul meu nu acceptă nici la propriu, nici la figurat «aceasta» ce mi s-a dat.

Aș vrea să lucrez potrivit unei metodologii ortodoxe, ce corespunde respectului real față de om. Cartea Dvs. e pentru mine ca un semn! Ați putea să-mi dați vreun sfat de natură teoretică, metodologică? Am și eu câteva idei în această privință. Mă pregătesc acum să-mi fac lucrarea de diplomă – despre legătura dintre psihologie și Ortodoxie.

Și, îmi cer iertare, cu privire la problema concretă a angajării mele după primirea diplomei... Întrucât nu accept absolut deloc psihotehnicile americane, îmi va fi greu să găsesc de lucru. Eu cred că sistemele occidentale trebuie transformate profund, luându-se în considerare specificul nostru rusesc și adăugându-se aspectele ortodoxe.

G.M."

„Stimate coleg!

Vă scrie un psihoterapeut din Gruzia. Despre mine pe scurt: în practica mea psihoterapeutică

am băut până la fund paharul întregului amestec satanicesc: la început am fost înșelat de terapia prin hipnoză și sugestie, apoi am abandonat-o sub influența unei și mai mari drăcării – psihanaliza. Am «reușit» chiar să susțin o dizertație în al cărei autor un om cât de cât informat ar recunoaște un adept al doctrinei freudiene.

Și toate astea ca după câțiva ani să-mi îngrop atracțiile (a se citi «păcatele») dinainte prin Sfânta Spovedanie și să le las dincolo de zidurile bisericii ortodoxe. Slavă lui Dumnezeu!"

„Stimate coleg!

Am citit cartea Dvs. cu mare interes și bucurie sufletească. În ea se reflectă mult din lucrul la care am meditat îndelung în ultimii ani: problema duhovniciei în medicină.

Câteva cuvinte despre mine. Am 46 de ani, în 1978 am absolvit cursurile de perfecționare în psihoterapie cu durata de patru luni la catedra profesorului Filatov A. T. din orașul Harkov, și de atunci mă ocup cu psihoterapia. Timp de 12 ani am lucrat ca psihiatru-narcolog, iar în ultimii 10 ani – ca psihoterapeut într-un spital de patologie somatică generală.

Am căutat «duhovnicia» în yoga, în diverse culte orientale și occidentale, dar, slavă lui Dumnezeu, în cele din urmă am devenit creștin ortodox. După îmbisericire, psihoterapia contemporană, în care 90% dintre metode nu sunt potrivite pentru

un medic ortodox, a început să mi se pară atât de sufocantă, încât am început să iau în serios posibilitatea abandonării psihoterapiei. Totuși, n-am primit binecuvântare. Și iată, acum citesc la Dvs.: psihoterapia poate fi o punte către credința Ortodoxă. M-am bucurat văzând exprimat de altcineva acest gând statornic al meu.

Acum, în țara noastră se duce într-adevăr o luptă încordată pentru metodele și orientările pe care le va adopta psihoterapia noastră. Oare va fi ea centrată pe duhovnicia ortodoxă, sau pluralismul școlilor de modă nouă ne va pune pe noi, psihoterapeuții, pe diferite părți ale baricadei? Deocamdată, totul indică precumpănirea acestei din urmă orientări. Aș mai vrea să spun că văd încă două sarcini de importanță covârșitoare pe care le avem de îndeplinit când primim un bolnav: omul trebuie călăuzit la adevărurile Ortodoxiei; pacienții trebuie preveniți cu privire la numeroasele pseudotratamente oculte de modă nouă (întrucât psihoterapeutului îi sunt adresate foarte frecvent asemenea întrebări)."

Domnul să vă mântuiască, dragi colegi, pentru ecoul pe care l-am aflat în voi, pentru osteneala voastră, pentru dorința de a lucra întru slava lui Dumnezeu și spre ajutorarea aproapelui!

Cum apar astăzi căile autenticei profesionalizări a psihologului și ale înduhovnicirii cunoașterii psihologice? Prima problemă este caracterul relației psihologului cu omul din fața lui. Toți –

psihologul practician, psihologul teoretician și psihologul experimentator – trebuie să aibă, când se apropie de om, un simțământ care deocamdată îi este cu totul străin celei mai mari părți a publicului nostru savant. Până și cuvântul este, s-ar putea zice, necunoscut. Dar eu voi îndrăzni să-l rostesc. Este simțământul evlaviei. Evlavia față de om e străină de sentimentalism. Oricare om (până și „ultimul" om) reprezintă posesorul unei mari comori – sufletul cel după chipul lui Dumnezeu, care în principiu este cu neputință de distrus, pe care trebuie să-l abordăm extrem de prudent și cu foarte multă grijă, fără a ne socoti în drept să facem legea în sufletul altuia, să introducem acolo rânduielile noastre (și tocmai astfel abordează problema majoritatea celor ce-și dau numele de „psihoterapeuți" – iar aici este rădăcina tuturor crimelor psihoterapiei contemporane).

O astfel de cunoaștere a omului îi poate apărea psihologului numai atunci când el caută pentru sine Lumina lui Hristos, în mijlocul întunericului sufletesc contemporan. Pentru fiecare, calea renașterii sufletului este întreit-una: 1) îmbogățirea sufletului cu conștientizarea rostului duhovnicesc Ortodox în procesul descoperirii neasemuit de bogatei științe despre suflet, despre lumea nevăzută, despre păcat ca pricină a crizelor sufletești, a stressurilor, a depresiilor și a bolilor; 2) simțământul de pocăință față de Dumnezeu (care nu trebuie confundat cu obișnuita căință sau părere de rău pentru cele săvârșite); 3) îmbisericirea, rânduirea vieții personale după

poruncile lui Dumnezeu (mai simplu zis, îndreptarea către Hristos a întregii vieți). Iată condiția, terenul prielnic pentru realizarea acțiunii morale asupra pacienților.

Sarcina psihologului (dacă dorește cu adevărat să îl ajute pe omul care vine la el, să îl îndrume spre Adevăr, nu spre propria sa personalitate „unică") este să arate drumul către biserică. Un sfânt a zis că evlavia este alcătuită din două temeiuri: frica și bucuria. Frica, temerea de a nu vătăma sufletul omului – căci fiecare om are calea sa în viață. Ca atare, în primul rând „nu vătăma", și de-abia apoi „ajută". Iar bucuria vine din faptul că doi oameni se întâlnesc în Hristos. Două cuvinte despre așa-numita „asistență psihologică". Aici totul este simplu. Dacă psihologul a putut în sensul arătat mai sus să se „ajute" pe sine însuși, el poate (bineînțeles, într-o măsură mai mare sau mai mică) să îl ajute și pe altul. Dar dacă viața lăuntrică și personală a psihologului este șubredă, păcătoasă, nu trebuie să se apuce de așa ceva. *Doctore! Vindecă-te pe tine însuți!* (Lc. 4, 23). E cunoscută doar o cale de a te lămuri dacă poți să-i „ajuți" pe alții în acest sens, și anume a primi binecuvântarea duhovnicului.

Exemple de acțiune distructivă asupra psihicului

Meditația și yoga

Meditația este un mijloc de „autodezvoltare" și de „autoperfecționare" folosit în practicile mistice orientale. Iată cum arată utilizarea meditației în yoga: yoga clasică constă din opt trepte consecutive, care ating, practic, tot „arsenalul" funcțiilor somatice și psihice. Meditația este utilizată în mod activ pe ultimele două trepte. Cea de-a șaptea treaptă, „dhyana", îl deprinde pe yoghin să contemple unul și același obiect vreme îndelungată, fără să se lase distras (aceasta este meditația propriu-zisă). Iar a opta treaptă, numită „samadhi", îl duce pe yoghinul care a deprins meditația la „absorbirea «eului» în conștiința absolută", care, potrivit doctrinei yoga, încununează eforturile „ascetului" cu fericirea supremă și dăruiește „vederea spirituală", adică puterea de a distinge clar dreptatea de minciună.

În cartea „Calea ortodoxă spre mântuire și religiile mistice orientale și oculte", preotul Vladimir Eliseev scrie pe această temă: „Meditația și

roadele ei nu alcătuiesc vederea duhovnicească, în care piere orbirea duhului, ci o practică a imaginilor și a senzațiilor mincinoase, care orbesc tot mai mult duhul, fiindcă acesta cade în capcana trăirilor neobișnuite și captivante, de unde nu mai vrea să iasă. În meditație nu există atingerea Sfântului Duh, la fel cum nu există nici pocăință – această condiție indispensabilă a vederii duhovnicești. Fără pocăință nu există curățire de păcat, iar în sufletul necurățit nu intră Duhul Sfânt, fiindcă s-a zis: *În sufletul viclean nu va intra înțelepciunea, nici nu va locui în trupul supus păcatului, că Duhul Sfânt al învățăturii fuge de vicleșug, și se va depărta de cugetele cele fără de înțelegere, și se va depărta când se apropie nedreptatea* (Înț. Sol. 1, 4-5)".

Trebuie clarificat și următorul lucru. Calea yoga este căutarea lui Dumnezeu în tine însuți. Hindușii care propovăduiesc yoga neagă revelația dumnezeiască în sensul în care o înțeleg creștinii. Potrivit convingerii lor, revelația vine nu din vreun izvor aparte, ci este descoperirea „eului" suprem chiar în om. Urmând acestor vederi, maeștrii yoga, ca și ai hinduismului în general, își învață discipolii că sunt părticele ale Divinității și că, prin anumite eforturi, pot dobândi sfințenie și putere.

Precum reiese din cele spuse mai sus, yoga este anticreștinism. În cartea „Oameni și demoni", preotul Rodion face o comparație foarte nimerită între afirmațiile yoghinilor și gândurile îngâmfatului Lucifer, care a căzut din cer și a devenit Satana (Is. 14, 14).

Creștinul nădăjduiește în Domnul, în mila și în harul Lui, nicidecum în propria neputință și în propriile păcate.

Unii oameni se ocupă cu yoga și cu meditația, după părerea lor, doar ca să-și îmbunătățească fizicul. Ieromonahul Serafim (Rose), care a studiat în detaliu această problemă, afirmă fără echivoc că până și utilizarea acestor „înțelepciuni orientale" doar pentru sănătatea fizică îl pregătește pe om pentru anumite concepții și chiar trăiri spirituale de care el nici nu are idee. În ceea ce mă privește, am avut ocazia să observ tulburări psihice grave la oameni care s-au ocupat mult timp cu yoga și cu meditația.

Psihanaliza lui Freud

Nimeni nu trebuie să se trateze cu ajutorul psihanalizei freudiene. Freud vede în om un individ neînfrânat, cu nivel înalt de organizare, la care domină ideile sexuale și agresive. Sexualitatea sau agresivitatea refulată duc la boli, la nevroze. A le conștientiza înseamnă a rezolva toate problemele. În urma conștientizării, Freud aproba și acțiunile corespunzătoare. De pildă, el afirma că „libertatea legăturilor sexuale dintre tineri și fetele «cumsecade» este indispensabilă – altminteri societatea va cădea pradă nevrozelor incurabile, ce reduc la minimum plăcerile primite de la viață, distrug relațiile conjugale și atrag o catastrofă ereditară în toată generația care vine" (P. N. Bud-

zilovici, articolul „Domeniul medicinei sau o nouă religie").

„Liberalizarea" contemporană a sexului a deschis cale întunecatelor perversiuni. Aceasta nu este doar urmarea „toleranței umaniste", ci și produsul influenței doctrinelor psihanalitice.

Să ne amintim că Sigmund Freud era ateu militant, care afirma că „religia este nebunie în masă".

Dar iată că la „moștenirea științifică" a unui asemenea om s-au convertit mințile a mii de oameni. Între ei se află în primul rând psihologi, filosofi, psihiatri, psihoterapeuți, studenți. Au fost create asociații psihanalitice, sunt editate jurnale de specialitate, apar cărți și articole de psihanaliză. Este dureros faptul că și la noi crește numărul adepților lui Freud.

Ce reprezintă tratamentul psihanalitic? El poate aminti pe departe de o spovedanie, dar fără pocăință, fără Dumnezeu. Pe parcursul a câțiva ani, clientul înfățișează „judecății" psihanalistului trăirile, amintirile sale ș.a.m.d. Ședința durează în jur de o oră și costă bani buni. După aceea, psihanalistul interpretează spusele clientului, și tot așa de fiecare dată. Duhovnicia este înlocuită cu un surogat, iar omul se afundă din ce în ce mai mult în acest abis. Este remarcabil faptul că între adepții lui Freud un procent neobișnuit de mare este alcătuit din persoane cu tot felul de perversiuni sexuale.

A vedea în om doar inconștientul, sexualitatea, agresivitatea înseamnă a micșora, a simplifica și a perverti în mod incredibil ființa omeneas-

că, a vedea în ea doar ceea ce este negativ, a nu înțelege menirea supremă a omului, sensul vieții lui și năzuința-i spre veșnicie.

Hipnoza

Din păcate, hipnoza este folosită pe scară largă de medicina oficială, de medicii psihoterapeuți. Dintre aceștia, o parte utilizează hipnoza din ignoranță religioasă. Alții se declară atei. Sunt și unii care slujesc în mod conștient răului.

Ortodoxiei îi sunt străine metodele care acționează în chip silnic asupra personalității. Adepții utilizării transelor hipnotice vorbesc despre „deschiderea unor canale psihosomatice speciale" în timpul hipnozei, despre influențarea „fără frâne" a psihicului uman, evitând critica conștientului, despre eliberarea capacităților de rezervă ale organismului, despre efecte terapeutice zguduitoare.

Ca specialist, declar cu toată convingerea că hipnoza nu dă nici un fel de rezultate excepționale. Chiar dacă ea mai aduce câte un „folos", nu se știe cum se va repercuta acesta în viitor... Mai bine zis se știe, și încă în mod exact. La asta hipnologii nici nu se gândesc (în cel mai bun caz).

Hipnoza reprezintă o violare a sufletului omenesc. De exemplu, în al treilea stadiu de hipnoză subiectul se supune necondiționat „guru"-lui său: poate vedea, poate auzi, poate pipăi obiecte inexistente, oameni inexistenți (are halucinații induse); poate să nu simtă durere, după bunul plac al

hipnotizatorului; își dă în vileag gândurile, simțămintele, dorințele ascunse. Există un așa-numit „efect de sugestie posthipnotică", atunci când indicațiile hipnologului sunt executate la un anumit interval de timp după ședință.

Ce îndreptățire poate să aibă lipsirea omului de simțul critic și de judecată fie și pentru scurtă vreme, fie și cu un scop aparent bun? Nici una. Omul este o mare taină, iar nouă, păcătoșilor, pur și simplu nu ne este dat să știm și să vedem ce se petrece în adâncul sufletului omenesc. Nici un sfânt n-a recurs la vindecarea oamenilor în stare de alterare a conștiinței. Plăcuții lui Dumnezeu împărtășeau oamenilor cu blândețe și cu smerenie darul vindecării, pe care îl dobândeau de la Dumnezeu pentru sfințenia vieții lor.

Trebuie spus că hipnoza ajunge cu timpul să creeze dependență, la fel ca un narcotic. Sunt oameni care umblă din hipnotizator în hipnotizator, năzuind să încerce cât mai des stări „neobișnuite". Ce păcat de acești oameni! Și cât de criminal se comportă cei care îi aduc la o asemenea dependență!...

În ultimii ani, în literatura de specialitate au apărut multe publicații care atestă dezorganizarea activității psihice a omului în urma desei aplicări asupra lui a hipnozei profunde.

Stareții Optinei, despre hipnoză:

„Cumplită treabă hipnoza asta. Era o vreme când oamenii se temeau de ea, fugeau de ea, iar acum sunt atrași de ea... Li se pare că trag folos de pe urma ei" (Cuviosul Nectarie).

„Și doar tot necazul vine din faptul că această cunoaștere intră în viața noastră sub masca a ceva ce poate aduce omenirii un uriaș folos" (același).

„Hipnoza este putere rea, necreștinească" (Cuviosul Varsanufie).

„Dacă voi, părăsindu-L pe Dumnezeu, recurgeți la magnetism[4], care este un mijloc împotriva firii, eu unul n-am ce să vă mai spun" (Cuviosul Macarie).

Influența hipnozei asupra copiilor

Voi da doar un exemplu. Profesorul V. Lebedev comunică: „S-a efectuat un studiu pe un lot de 2015 școlari, dintre care 93% au luat parte la ședințele lui Kașpirovski[5]. În timpul ședințelor s-au observat ticuri, reacții isterice, fenomene halucinatorii și alte tulburări psihice. La 42% s-a observat starea de somn hipnotic; după ședințe, la 7% dintre copii s-au manifestat diverse forme de dezadaptare psihică. S-a făcut clar vădită tendința de amplificare a sugestionabilității și creșterea reacțiilor isterice. În urma teleședințelor, copiii cădeau în stare de catalepsie doar la vederea fotografiilor lui Kașpirovski".

---

[4] Vechea denumire a hipnozei (n. tr.).

[5] Bioenergoterapeut ale cărui ședințe de „vindecare" în masă s-au bucurat de o largă difuzare TV (într-o vreme, apărea și la televiziunea națională bulgară) – n. tr.

Trainingul autogen (ca modalitate de autohipnoză)

Privind de pe pozițiile duhovniciei ortodoxe, autotrainingul nu este folositor pentru suflet. Autorul acestei metode psihoterapeutice este savantul și practicianul german Johann Schultz. În anii '30 ai secolului XX, doctorul Schultz, pe baza impresiilor cu care a rămas în urma unui sejur în India și a contactului cu yoga, a sintetizat ceva asemănător pentru uzul europenilor și a propus metoda sa în vederea profilaxiei și a tratamentului unui spectru larg de maladii, precum şi cu scopul autoreglării psihice a stării sufletești. Caracterizând esența trainingului autogen, suntem datori să spunem că acesta nu ajută lucrării tainice de curățire lăuntrică, luptei cu păcatele și cu patimile. Autorelaxarea moleșitoare este mai degrabă o fugă de realitate, o iluzie că totul este bine. Despre smerenie și trezvie – ca temeiuri ale păcii sufletești –, trainingul autogen nici nu pomenește. Este important să ne amintim că această metodă are rădăcini yoghine.

Toate cele zise mai sus se referă la prima treaptă a trainingului autogen. Mai departe, după ce omul deprinde relaxarea, i se propune să-și însușească metode legate de evocarea artificială a anumitor imagini sau tablouri. Baza celei de-a doua trepte este fantezia simțuală[6]. Sfinții Părinți

[6] Am preferat termenul „simțual" pentru că „senzual" are o conotație erotică. În intenția noastră, termenul „simțual" se referă la percepțiile senzoriale imaginare despre care vorbește autorul (n. tr.).

ne previn cu privire la simţualitatea, la visarea, la fanteziile de orice fel. Aşadar, metoda trainingului autogen trebuie refuzată, întrucât este inutilă şi chiar periculoasă pentru suflet.

Programarea neurolingvistică (PNL)

Pe scurt, esenţa PNL poate fi reprezentată în felul următor: la început are loc „conectarea" la om (cu ajutorul vocii, poziţiei, respiraţiei), apoi omului îi este indusă o stare de transă, în continuare începând programarea sau reprogramarea psihică prin intermediul introducerii unei anumite informaţii indispensabile. Ceva asemănător regăsim şi în practica magică ocultă. Iar omul cu care se petrec toate acestea nici nu realizează ce i se face de fapt.

Activitatea bioenergeticienilor

Voi fi scurt. Într-un anumit număr de cazuri, cei care folosesc aşa-numita „terapie bioenergetică" sunt pur şi simplu şarlatani, interesaţi doar de aspectul comercial al problemei. O altă parte din aceşti „tămăduitori" slujesc în mod conştient răul, eventual au o anumită treaptă de iniţiere, reprezentând, fără nici o umbră de îndoială, „canale" ale lucrării drăceşti. Însă indiferent de categoria din care face parte cel la care merge omul ca să-şi „îndrepte" sănătatea, a apela la serviciile lui

este un păcat greu. Căci în atare caz ajutorul nu este cerut de la Dumnezeu, ci de la Satana. Din păcate, actualmente sunt mulți care, amăgiți de reclama răsunătoare, se adresează bioenergeticienilor de tot felul. Cel mai des aceasta are loc din pricina ignoranței religioase, dar asta nu-l scutește pe om de responsabilitatea pentru fapta sa! Bolile, inclusiv cele psihice, sau celelalte probleme pentru care omul face apel la bioenergeticieni nu fac decât să se agraveze, fiindcă cel viclean este, după cuvântul Domnului, *mincinos și tatăl minciunii*. Dacă se observă vreo „îmbunătățire", aceasta este numai o iluzie. Sarcina noastră, sarcina medicilor ortodocși, este de a aminti iarăși și iarăși: bioenergeticienii, vrăjitorii, magii sunt slujitori ai Satanei!

Metodele de influențare psihologică utilizate în cadrul sectelor

Punctul întâi: liderii sectelor controlează cu multă strictețe fiecare membru al sectei (legăturile lui sociale, anturajul). Treptat, are loc „extragerea" omului din mediul lui obișnuit și izolarea sa de cei care nu aparțin sectei (rude, prieteni ș.a.m.d.).

Punctul al doilea: în timpul adunărilor și al rugăciunilor comune, liderii spirituali ai diferitelor secte utilizează anumite psihotehnici care modifică starea de conștiință a oamenilor în sensul unei transe hipnotice. Se produce de asemenea

o puternică influenţare a subconştientului uman. În aceste scopuri este utilizată, de exemplu, programarea neurolingvistică. Altfel spus, personalitatea este manipulată, iar efectele psihotehnicilor sunt date drept „pogorâre a harului".

Punctul al treilea: aproape fiecare sectă îşi are propriul limbaj, termenii specifici. Acest limbaj îngreunează comunicarea cu adepţii sectei şi îi face nereceptivi faţă de tentativele de a le schimba convingerile prin cuvinte obişnuite.

Punctul al patrulea: principiul „Doctrina este mai presus de personalitate". Adică este descurajată şi chiar interzisă analizarea experienţei proprii. Principalul este credinţa neclintită în dogmele sectei.

Punctul al cincilea: „Ai noştri sunt prieteni, ceilalţi sunt duşmani". Sensul acestei teze este, cred, limpede.

Există o mulţime de alte capcane care îl ţin pe om în sectă. Mai sus am oferit doar o scurtă enumerare a principalelor mecanisme posibile de „zombificare" a personalităţii.

La toate cele spuse până acum vom adăuga că adeseori se recurge la „legături" materiale: fie secta i-a împrumutat celui în cauză o sumă de bani (ceea ce se întâmplă frecvent) şi nu există posibilitatea de a plăti datoria, fie omul însuşi şi-a donat de bunăvoie averea şi a o rupe cu secta înseamnă a se trezi în stradă.

„Așchia nu sare departe de trunchi"

Despre viziunea asupra lumii și despre moralitatea liderilor orientărilor psihoterapeutice fundamentale. Sigmund Freud s-a sinucis, rugându-l pe doctorul Schorr să îi dea otravă. Jung era un pătimaș adept al experiențelor și practicilor oculte. Frederick Perls, fondatorul gestalt-terapiei scrie în cartea sa autobiografică „Înăuntrul și în afara găleții de gunoi" că gestalt-terapia are multe în comun cu zen-buddhismul, iar unul dintre postulatele principale ale acestuia este că totul e permis. Stanislav Groff, fondatorul psihoterapiei transpersonale – ce reprezintă un șamanism fățiș –, a propus metoda respirației cu frecvență crescută pe fond muzical ritmic. Urmarea este o stare de transă asemenea celei șamanice. Elaborând metodele așa-numitei „hipnoze non-directive", Milton Ericson descrie mijloace eficace de „zombificare". Călăuza de bază a adepților programării neurolingvistice este cartea „Structura magiei". Lista poate continua...

„Cauza fundamentală a fugii multora dintre contemporanii noștri în împărăția iluziilor alcoolice și narcotice este pustietatea duhovnicească, pierderea sensului vieții, diluarea principiilor morale."

Din „Bazele concepției sociale a Bisericii Ortodoxe Ruse"

DESPRE PĂCATUL BEȚIEI

Din punctul de vedere al medicului

Milioane de oameni din țara noastră și din întreaga lume sunt împătimiți de băuturile spirtoase, aducând nu puțină vătămare sieși și aproapelui. Într-adevăr, alcoolismul este un rău cumplit, care „devorează“ și femei, și bătrâni, până și copii. La început, cei ce au căpătat patima băuturii se pot încă opri, pot să-și spună: „Nu!“. Lucrul acesta devine însă tot mai greu de făcut pe măsură ce trece timpul. În final, se dezvoltă o boală care distruge atât trupul, cât și sufletul omului.

Potrivit celor mai modeste estimări, în Rusia aproximativ șapte milioane de oameni suferă de alcoolism cronic. Aceasta este statistica oficială, dar sunt convins că datele reale sunt diferite. De fapt, situația este înfricoșătoare! De exemplu, potrivit datelor publicate, dintre adolescenții de 13 ani jumătate consumă alcool.

Beția este o nenorocire. În băutură sunt „înecate“ insuccesele, dragostea neîmpărtășită, tensiunile din familie sau infidelitatea partenerului conjugal. Cauză a beției pot deveni nemulțumi-

rea de sine, trădarea prietenilor. Nu puţini sunt şi cei care încearcă să se elibereze în acest fel de presiunea stressului, a ritmului agitat de viaţă. Este cu neputinţă să enumerăm toate cauzele.

Spirtoasele dobândesc însuşirile unui narcotic, care înlătură iritarea, mânia, supărările. Tocmai aceste circumstanţe îi şi provoacă pe mulţi să bea – dar mai devreme sau mai târziu apar probleme care cresc până la dimensiunile unor adevărate nenorociri.

Alegând un asemenea mod pentru a se „ascunde" de probleme, de dificultăţi sau de necazuri, omul începe să trăiască nu în lumea reală, ci într-o lume iluzorie. Problemele lui nu sunt rezolvate, ci multiplicate. Votca nu este o victorie, ci totdeauna o înfrângere. Beţia este o fundătură, cale spre pieirea sufletească şi trupească.

Alt fapt important care favorizează alcoolismul este deprimarea. Această afirmaţie este valabilă mai ales în ceea ce priveşte depresia nevrotică, a cărei formare este legată în mod direct de problemele interioare duhovniceşti. Depresia este sindromul cel mai răspândit printre maladiile psihice. 60% din structura patologiei psihice este reprezentată de tulburările depresive. 5% din populaţia globului pământesc suferă de această boală.

Ca atare, uneori este mai important ca cel ispitit de alcoolism să vadă mai întâi în sufletul său înclinaţia spre deprimare şi s-o învingă cu ajutorul lui Dumnezeu.

Vom reaminti urmările distructive ale abuzului de alcool asupra sănătăţii. După cum arată prac-

tica, o parte însemnată a populației nu are o idee clară despre ele.

Formarea dependenței de alcool are loc în trei etape sau stadii consecutive, numite „neurastenică", respectiv „encefalopatică" și „narcotică". Să examinăm aceste stadii.

Stadiul neurastenic. Crește atracția spre alcool, care, în plus, dobândește caracter obsesiv. Este pierdut controlul asupra cantității de alcool îngurgitat. În această etapă, dominante sunt simptomele slăbiciunii nervoase (neurasteniei). Printre acestea sunt de remarcat în primul rând următoarele: irascibilitatea, tulburările de atenție, deteriorarea memoriei, scăderea capacității de muncă, insomnia, coșmarurile, durerile de cap, lipsa de vlagă a proceselor intelectuale ș.a. În viața de zi cu zi, alcoolicii „începători" devin greu de suportat, dând naștere la numeroase conflicte. Lumea înconjurătoare li se pare „cenușie", ternă, și numai votca sau vinul le fac cât de cât suportabilă activitatea de zi cu zi. Sănătatea li se înrăutățește pe zi ce trece. Îi supără circulația sângelui (tensiunea „face salturi", apare distonia vasculară vegetativă), sunt alterate funcțiile ficatului, pancreasului, ale intestinului. Dar principalul este că suferă, creierul fiind distrus în mod ireversibil.

Stadiul encefalopatic (de suferință a creierului). Acesta este stadiul final al alcoolismului și se caracterizează prin continuarea degradării personalității și prin pierderea completă a sănătății. Pentru a se îmbăta, omului aflat în acest stadiu nu-i este necesară decât o doză mică de alcool.

Sindromul de abstinență este mai grav și de durată mai lungă. Degradarea personalității este evidentă. Sensul vieții devine băutura. Suferă grav organele interne.

Stadiul narcotic. Atracția patologică spre alcool devine de neînvins. Apare sindromul de abstinență, care se manifestă prin tremurul mâinilor, amețeală, astenie, lipsa poftei de mâncare, transpirații, creșterea tensiunii arteriale, palpitații, uscăciunea mucoasei bucale.

Beția devine, practic, un obicei zilnic. Personalitatea se degradează treptat. Gândirea devine sărăcăcioasă, lipsită de varietate. Cercul intereselor se reduce la minimum. Voința slăbește treptat. Necesitatea dominantă este alcoolul. În acest stadiu se accentuează întreaga simptomatologie care a apărut în stadiul precedent.

Se știe că bețivii sunt mincinoși și că nu poți pune bază pe ei. În asemenea oameni nu poți să ai încredere – ei aruncă vorbele în vânt. Uită imediat jurămintele și promisiunile făcute rudelor și apropiaților de a părăsi patima distructivă. În acest stadiu al alcoolismului apar deseori psihoze alcoolice acute.

Ciroza hepatică, gastrita, miocardita, psihoza alcoolică și nebunia, atrofia glandelor sexuale – iată ce îl așteaptă pe alcoolic. Pe fondul alcoolismului, orice boli au o evoluție mult mai gravă, deznodământul lor nefiind întotdeauna favorabil.

De regulă, în stadiul acesta alcoolicului nu-i mai pasă de munca și de familia sa. Din exterior se observă cum ei se schimbă foarte mult, do-

bândind aspectul „alcoolic“ tipic. Ajung deseori la poliție, deoarece săvârșesc diverse încălcări ale legilor.

Durata fiecăruia dintre stadii variază de la un individ la altul. La unii, stadiul final al alcoolismului poate surveni după patru-cinci ani, la alții – după șapte-opt. Mulți dintre cei ce fac abuz de băuturi spirtoase au căzut în „capcană“, presupunând că ei vor fi scutiți de această nenorocire. Și au continuat să bea... și au devenit bețivi.

Câteva cuvinte despre psihozele alcoolice. Cea mai cunoscută și mai răspândită dintre ele este delirul alcoolic. De regulă, acesta se dezvoltă la una-trei zile după încetarea consumului îndelungat sau intensiv, în cantități abuzive, de alcool. Delirul începe prin manifestări somatice (trupești). După aceea apar frica, anxietatea, pierderea somnului. În continuare, se adaugă diverse probleme de percepție senzorială: iluzii vizuale și auditive, halucinații, excitație motorie, dezorientare. Lipsește simțul critic față de propriul comportament.

Dintre celelalte psihoze alcoolice putem distinge de asemenea paranoia alcoolică și delirul alcoolic de gelozie.

Alcoolismul la femei

Alcoolismul la femei are o serie de particularități, și anume:

1. se dezvoltă într-un ritm mai rapid (1-2 ani);

2. are o evoluție mai gravă;
3. se tratează foarte greu, întrucât modificările psihice se dezvoltă cu mare rapiditate;
4. este greu de diagnosticat, din pricină că la început, rușinându-se de ceilalți, femeile beau fără companie.

În ansamblu, alcoolismul are la femei o evoluție malignă.

Alcoolismul la adolescenți

Alcoolul este extrem de periculos pentru copii și adolescenți. Consumul de alcool perturbă procesele de maturizare neuronală. Ca atare, vor avea de suferit intelectul, memoria, gândirea și comportamentul adolescentului.

Adolescenții se îmbată ușor, starea lor degradându-se rapid, ajungând chiar până la comă.

Organismul adolescentului este încă fragil și, sub influența alcoolului, se dezvoltă rapid un întreg „buchet" de maladii.

Din beție se trag curvii, se trag certuri, se trag și crime...

Embriopatia alcoolică

Această patologie a fost descrisă amănunțit în anul 1973. Au fost puse în evidență diverse defecte la noii-născuți ale căror mame au consumat regulat băuturi spirtoase în timpul gravidității. La

aceşti copii se observă: retard mintal şi fizic (ajungând până la idioţie profundă), întârzierea dezvoltării sistemului nervos central, tulburări ale motricităţii fine, convulsii, excitabilitate crescută, defecte ale organelor interne, malformaţii cardiace, articulare, ale extremităţilor, fibroză hepatică, tulburări ale organelor sexuale şi multe alte probleme grave de sănătate.

Cauzele personalităţii „alcoolice"

Psihologii au stabilit anumite trăsături de caracter proprii personalităţilor „alcoolice". Astfel, potrivit datelor lui V. T. Kondraşenko, unii dintre alcoolici sunt foarte vulnerabili, prost adaptaţi la a înfrunta problemele vieţii, cu voinţă slabă, iar alţii – excesiv de încrezători în sine, orgolioşi, suportă cu greu până şi cele mai mici nereuşite, caută cu insistenţă recunoaştere din partea celorlalţi. Dacă la aceste trăsături de caracter se adaugă şi psihotrauma, probabilitatea cedării nervoase este foarte mare.

După cum arată observaţiile, calea către beţie începe de la o vârstă fragedă. Însuşirea „ritualurilor" alcoolice are loc la mult timp după prima „luare de contact" cu alcoolul. Stând la masa festivă, copiii se joacă „de-a oamenii mari", turnând suc de fructe în pahare, iar apoi bând cu o grimasă pe figură „vinul de copii", acompaniaţi de murmurele aprobatoare ale părinţilor şi ale oaspeţilor.

Nu încape îndoială că în conștiința copilului se formează de pe atunci concepția că alcoolul este un „satelit" constant al vieții adulte.

Specialiștii afirmă că în jurul vârstei de 11-12 ani la adolescenți se formează stereotipuri pe deplin stabile de atitudine față de beție.

Deseori răsfățat prin „strădaniile" părinților și bunicilor, copilul ajunge să aibă cu timpul o personalitate pretențioasă, care pretinde satisfacerea neapărată a tuturor cerințelor sale. Dacă aceasta nu are loc, apar dezamăgirea, mânia, sentimentul frustrării... și dorința de a „afla uitarea" în vin.

Adolescentul este împins pe calea beției și de atmosfera fără duhovnicie, păcătoasă pe care o vede în societatea adultă, dar în primul rând în familia sa. Beția părinților mutilează sufletul copilului. Îți sângerează inima când vezi copii sfâșiați de acest amar, lipsiți de atenția, de mângâierile și de grija tatălui alcoolic (iar acum, deseori, și a mamei alcoolice).

Cum să-i ajutăm pe cei ce suferă de boala beției

Să vorbim puțin despre tratamentul acestei boli. Ce întreprind medicii pentru a ajuta persoanele care suferă de alcoolism? Este general acceptată utilizarea substanțelor dezintoxicante de tot felul, a medicamentelor psihotrope, a preparatelor care produc aversiune față de alcool prin crearea unui reflex condiționat negativ, a fortifi-

antelor generale și a vitaminelor, precum și a multor altora. Asta în ceea ce privește trupul.

Psihologul sau psihoterapeutul calificat încearcă să descopere rădăcinile psihologice profunde ale apariției beției, analizează particularitățile de caracter ale omului, familia și condițiile lui sociale. După aceea, specialistul dă sfaturi și recomandări, îl învață pe suferind să lupte cu stresul, să depășească conflictele ș.a.m.d. Într-o serie de cazuri sunt efectuate o serie de proceduri psihoterapeutice, al căror efect este cu atât mai mare cu cât bolnavul dorește mai puternic să scape de povara sa și să se întoarcă la viața normală. Astfel, psihoterapeutul devine un fel de călăuză și ajutor al pacientului în calea dificilă pe care acesta trebuie s-o străbată prin propriile eforturi.

Alcoolismul și narcomania sunt boli – dar boli în cea mai mare parte duhovnicești. La rădăcina beției, a folosirii drogurilor se află pustietatea duhovnicească, nemulțumirea față de viață, pierderea sensului existenței. Sfânta Biserică Ortodoxă consideră beția păcat greu. Ca atare, se înțelege de ce bolnavul nu poate fi ajutat cu eficacitate numai prin mijloace medicale (în cazul dat am în vedere medicina clasică, nu practica ocultă „altoită" acum pe narcologie, ce trebuie evitată din pricina imensului pericol duhovnicesc pe care îl prezintă).

Sfaturile și medicamentele nu sunt atotputernice. Pentru învingerea bolii este neapărată nevoie de pocăință sinceră înaintea lui Dumnezeu prin

Taina Spovedaniei, de rugăciuni către Preasfânta Născătoare de Dumnezeu și către Sfinții Lui.

Beția poate fi urmarea influenței duhurilor căzute asupra omului. Prin venirea Sa, Mântuitorul nostru n-a nimicit de tot stăpânirea diavolului, ci numai a slăbit înrâurirea lui asupra oamenilor și ne-a dat mijloacele de a învinge cursele diavolești. Aceste mijloace mântuitoare sunt credința, chemarea numelui Mântuitorului Hristos, rugăciunea, postul și, bineînțeles, Sfintele Taine ale Spovedaniei și Împărtășaniei. *Stați împotrivă diavolului, și el va fugi de la voi,* spune Apostolul Iacov.

De altfel, în starea de delir alcoolic bolnavii văd chipuri înfricoșătoare („halucinații vizuale intense", spune psihiatria oficială). Ceea ce văd ei sunt demonii.

Dacă în inima celui care suferă de alcoolism este loc pentru credința creștinească, trebuie să i se aducă aminte că este ținut în lanțurile păcatului. Trebuie familiarizat cu principiile credinței Ortodoxe, trebuie să i se dea exemple de vindecări pe care Domnul le-a dăruit păcătoșilor pocăiți. Medicul ortodox trebuie să vorbească despre toate aceste lucruri, chemându-L cu smerenie pe Domnul să-i vindece pe cei în suferință.

Dacă rudele bolnavului sunt oameni credincioși, ei trebuie să se roage cu râvnă pentru el acasă și la biserică, să se îngrijească de sfințirea locuinței (dacă nu este sfințită). Cel rătăcit trebuie sfătuit mereu să poarte cruce la gât, să facă rugăciuni, să bea aghiasmă cu credință și cu evlavie.

Doar prin credință și răbdare, doar prin pocăință și prin milostivirea lui Dumnezeu se poate vindeca alcoolicul cu adevărat. Altă cale nu-i.

Sfântul Ierarh Tihon din Zadonsk scria: „Cei care s-au deprins cu această patimă pierzătoare trebuie să se înarmeze cu tărie împotriva tiraniei ei, să i se împotrivească fără a se da bătuți, să se roage și să cheme atotputernicul ajutor al lui Dumnezeu!"

Trebuie spus că tocmai așa era dezrădăcinată beția în societățile ortodoxe de luptă împotriva alcoolismului. Condițiile vindecării erau pocăința, rugăciunea, citirea sfintei Evanghelii, Tainele Bisericii.

Înainte de revoluția bolșevică, numai clerul edita 32 (!) de reviste pe tema dezalcoolizării. Se știe cât de mare a fost aportul Țarului Mucenic Nicolae, acum deja proslăvit în ceata sfinților, la această lucrare. Numeroși alcoolici primesc și acum ajutor și întărire harică rugându-se Sfântului Țar Nicolae.

Deseori vin la consultație oameni care spun că sunt ortodocși, rugându-mă să-i ajut să scape de beție – dar când vine vorba de pocăință, de lupta cu păcatele și cu patimile, de înfrângerea propriei firi căzute, de năzuința spre cucernicia creștină, spre rugăciune, sufletele unora dintre ei rămân, din păcate, surde și nereceptive: însă mă bat la cap să le prescriu „injecții tari" sau „ceva medicamente pentru votcă"... Dar „medicamente pentru votcă" nu există!!!

De regulă, aceste întâlniri rămân lipsite de rezultat și bolnavii nu mai vin a doua oară – ceea ce este, bineînțeles, un lucru foarte întristător...

Citind Sfânta Scriptură

Nici hoții, nici lacomii, nici bețivii... Împărăția lui Dumnezeu nu vor moșteni (1 Cor. 6, 10).

Luați seama la voi înșivă, să nu se îngreuieze inimile voastre de mâncare și de băutură (Lc. 21, 34).

Să umblăm cuviincios, ca ziua: nu în ospețe și în beții, nu în desfrânări și în fapte de rușine (Rom. 13, 13).

Bețivul și desfrânatul sărăcesc (Pilde 23, 21).

Vinul și femeile strică pe cei înțelepți (Sir. 19, 2).

Urgie mare este femeia bețivă, și rușinea sa n-o va acoperi (Sir. 26, 9).

La vin nu te face viteaz, că pe mulți i-a pierdut vinul (Sir. 31, 29).

Amărăciune sufletului este vinul când se bea mult: certuri și căderi face (Sir. 31, 34).

Pseudotratamentele

Țineți minte: tratamentele prin hipnoză și sugestie și toate acțiunile de acest fel asupra sufletului și trupului omenesc sunt lucru drăcesc. Prin intervenții de tip ocult pot fi atrași draci, care îi „ajută“ omului să nu bea votcă, ori să nu fumeze, ori să slăbească.

Sfânta Evanghelie spune că pentru vindecare este neapărată nevoie de pocăință din partea celui suferind, spre iertarea păcatelor. Despre pocăință, „vindecătorii" nu suflă nici o vorbă.

Alcoolismul, care le este insuflat de demoni celor cu voință slabă și iresponsabili, nu va trece fără rugăciune și fără post, fără întristarea creștinească pentru păcate, fără mântuitoarele Taine ale Bisericii. Hipnotizatorii nu dau acestui fapt nici o importanță.

Pseudovindecătorii nu știu că darul tămăduirilor este dat de Domnul nevoitorilor credinței, lucrătorilor rugăciunii neîncetate, celor mai smeriți dintre cei smeriți.

Se mai știe că cei care au avut acest dar Ceresc și-au petrecut viața în sfințenie. Iar pseudovindecătorii nici nu se gândesc la sfințenie și la cucernicie.

Pentru vrăjmașul mântuirii noastre nu are importanță, în ultimă instanță, dacă omul bea sau nu (parțial, asta explică anumite cazuri de „însănătoșire"). Important este alt lucru: cui cere omul ajutor – lui Dumnezeu sau Satanei?

Dar cum suferă cei tratați prin metode drăcești? Păcatul rămâne în sufletele lor nepocăit. El poate doar să-și schimbe înfățișarea. De aici desele depresii, irascibilitatea și anxietatea marcată de care suferă acești oameni. Adeseori se îmbolnăvesc de maladii somatice grave. Și toate acestea nu sunt de mirare ținând cont de cele arătate mai sus. Feriți-vă de asemenea „tratamente" și convingeți-i să se ferească de ele și pe cei care vă cer părerea în această privință.

Încă ceva. Dacă luați în mână aproape orice ziar lumesc, negreșit veți vedea în el reclamă sau informații cu privire la tratamentul alcoolismului. Baza multor metode de modă nouă (fără a mai vorbi de cele fățiș oculte) este efectul „placebo".

Efectul „placebo" intră în joc atunci când unei materii (să zicem că este vorba de zahăr pudră) sau proceduri medicale care în realitate n-are nici un efect i se atribuie puternice însușiri curative. Iar bolnavul, crezând în eficacitatea respectivelor mijloace, se însănătoșește (ori se simte mai bine).

Totuși, alcoolismul nu este genul de boală la care este potrivit să se abuzeze de efectul „placebo". Dacă omului, să zicem, i se interzice să bea sub amenințarea cu moartea ori cu o boală gravă (cum se procedează în anumite tratamente prin sugestie), abținerea de la alcool nu reprezintă o vindecare în cazul dat.

Cel hipnotizat, sugestionat este într-o continuă stare de tensiune chinuitoare a puterilor sufletești. Un atare „tratament" aduce oamenilor în mod evident vătămare și suferințe.

Pentru vindecarea de boala beției este nevoie nu de „suzetă", ci de pocăință, de „schimbare la față" duhovnicească, de creștere lăuntrică.

Prin milostivirea lui Dumnezeu, mulți oameni scapă de boala beției

Cunosc personal cazuri de vindecări minunate. Un cunoscut al meu, înțelegând că se află în

pragul pierzării, s-a rugat Împărătesei Cerurilor. A strigat către Ea din adâncul sufletului, din toată inima, și a primit izbăvire instantanee de alcoolism. A început să-și rânduiască viața creștinește, s-a îmbisericit. Parcă s-ar fi născut a doua oară.

Nu departe de Moscova, în orașul Serpuhov, se află mănăstirea de bărbați Vâsoțki. Unul dintre principalele ei odoare este icoana făcătoare de minuni a Preasfintei Născătoare de Dumnezeu „Potirul Nesecat". Câți oameni și-au aflat aici pacea sufletească, rupând-o cu vicleana băutură, știu numai Domnul și Preacurata Lui Maică! În orice caz, aceștia sunt mulți.

Iată ce mi-a povestit un bărbat care a venit la mine la consultație: „Beam de stingeam. M-am tratat, am încercat să mă conving singur, însă degeaba. Odată, rudele m-au sfătuit să merg la mănăstire la un Bătrân duhovnicesc, să iau binecuvântare, să-i cer să se roage pentru mine. Parcă m-am înviorat și am acceptat cu bucurie. Întâlnirea cu Bătrânul m-a mișcat adânc. La despărțire, acesta mi-a zis doar trei cuvinte: «Să nu bei». Și le-a zis cu bunătate, cu dragoste. M-am întors acasă, și pofta de votcă mi-a dispărut. O lună am umblat treaz cu desăvârșire. Ce-i drept, după aceea, încetul cu încetul, m-am apucat iarăși de băutură, însă e numai vina mea. Trebuia să trăiesc altfel, dar eu am început să mă văd cu prietenii dinainte, și totul s-a repetat. Acum sunt două săptămâni de când nu mai beau, mă pregătesc de spovedanie, iar apoi, dacă o să dea Dumnezeu, poate și viața mea se va schimba în bine".

Despre cât de important este ajutorul preotului-duhovnic pentru a birui această patimă dă mărturie grăitoare un exemplu din viața Sfântului Ioan din Kronstadt.

Neobișnuit de mișcător povestește despre unul dintre cazurile de renaștere duhovnicească datorate Părintelui Ioan un meseriaș: „Pe atunci aveam 22-23 de ani. Acum sunt bătrân, dar îmi aduc aminte bine cum l-am văzut pe Părintele pentru prima dată. Aveam familie, doi copilași. Lucram și mă îmbătam. Familia flămânzea. Nevasta își cam luase și ea lumea în cap. Locuiam într-o cocioabă nenorocită. Am venit odată nu foarte beat. Când mă uit, un părinte tânăr: îl ținea în brațe pe băiețel și îi spunea ceva cu voce mângâietoare. Copilul asculta serios. Mi se tot părea că părintele este ca Hristos în tabloul «Binecuvântarea pruncilor». Am dat să înjur: «Poftim, umblă și ăsta...» – însă ochii părintelui, mângâietori și serioși, m-au oprit: mi s-a făcut rușine. Mi-am plecat privirea. El se uita – parcă privea drept în suflet. A început să vorbească. Nu sunt în stare să povestesc tot ce a spus. Zicea că la mine în cămăruță este rai, fiindcă unde sunt copii este cald și bine, și că raiul ăsta nu trebuie schimbat pe iadul cârciumii. Nu mă învinuia, nu, tot încerca să mă dezvinovățească, numai că nu de dezvinovățire mi-era mie atunci. A plecat. Ședeam și tăceam... N-am plâns, măcar că în suflet era așa, ca înainte de lacrimi. Nevasta se uita... Și iată că de atunci m-am făcut om..."

Iată și un exemplu remarcabil din viața Sfântului Alexie Meciov[7]. „Într-o zi de rând, după liturghie, în biserică a intrat un om beat, zdrențăros, tremurând tot și de-abia putând să vorbească, și i s-a adresat Părintelui: «Sunt pierdut de tot, băutura m-a terminat. A pierit sufletul meu... scapă-mă... ajută-mă... Nu-mi mai aduc aminte cum este să fii treaz... Mi-am pierdut chipul omenesc...» Părintele a venit foarte aproape de el, s-a uitat cu dragoste în ochii lui, i-a pus mâinile pe umeri și a zis: «Scumpule, e vremea să terminăm cu băutura». «Rugați-vă, Părinte, rugați-vă !»

Părintele Alexie, luându-l de mâna dreaptă, l-a dus spre altarul principal[8], a deschis ușile împărătești și, punându-l alături de sine, înaintea lor, pe acel zdrențăros murdar, a început molifta, rostind cu glas măreț: *Bine este cuvântat Dumnezeul nostru*... Lăsându-se în genunchi, a început să înalțe rugăciuni cu osârdie, cu lacrimi, Domnului Dumnezeu. Haina zdrențărosului era atât de ruptă, că i se vedea pielea când, urmând pildei Părintelui, făcea metanii mari.

După sfârșitul moliftei, Părintele l-a adumbrit de trei ori cu semnul crucii pe nefericit și, dându-i o prescură, l-a sărutat de trei ori.

Nu după multă vreme, a venit la pangar un bărbat îmbrăcat cuviincios și, după ce a cumpărat o lumânare, a întrebat: «Cum aș putea să-l văd pe Părintele Alexie ?» Aflând că Părintele este în

[7] Celebru stareț moscovit, preot de mir, de la începutul secolului al XX-lea (n. tr.).

[8] Bisericile rusești au uneori mai multe altare (n. tr.).

biserică, a zis cu bucurie că vrea să dea o slujbă de mulțumire. Ieșind înaintea ușilor împărătești, Părintele a strigat: «Vasilie, tu ești?» Plângând, s-a aruncat la picioarele lui cel ce fusese bețiv până nu demult, a lăcrimat și Părintele, a început slujba. S-a dovedit că Vasilie căpătase un loc de muncă bun și se aranjase minunat".

Rugăciune a Sfântului Ioan din Kronstadt

Doamne, caută cu milostivire spre robul Tău (numele) cel înșelat cu amăgirea pântecelui și a veseliei trupești; dăruiește-i lui să cunoască dulceața înfrânării întru postire și roadelor care vin din ea. Amin.

Cereți-vă socoteală singuri

Ajutându-l pe aproapele nostru să biruiască această patimă pierzătoare, trebuie să aruncăm o privire și înăuntrul nostru. Iată cu câtă îndreptățire scrie despre aceasta ieromonahul Aristarh (Lohanov): „Oare nu trebuie să faceți și dumneavoastră pocăință pentru suferința pe care o încearcă aproapele vostru? Oare nu sunteți vinovați pentru ea și voi? Părinții pot să-și aducă aminte cum le dădeau de băut în glumă fiului sau fiicei care se afla la vârsta adolescenței. Oare ați fost dumneavoastră înșivă întotdeauna model de cumpătare în folosirea băuturilor alcoolice? Oare soțul dumneavoastră nu s-a apucat de băut

fiindcă din pricina încăpățânării dumneavoastră conflictul conjugal a rămas multă vreme nerezolvat? Oare n-aveți motiv de pocăință dacă, amintindu-vă doar de griji și treburi, n-ați observat că odrasla dumneavastră și-a pierdut interesul față de învățătură, că a devenit șmecheră și vicleană, că vine de la discotecă cu pupilele dilatate sau, dimpotrivă, contractate de la narcotice? Cred că totdeauna este prilej pentru pocăință. Luați asupră-vă nevoința postirii, rugați-vă mai puternic, spovediți-vă și împărtășiți-vă cu Sfintele Taine".

Reguli împotriva patimii beției (după scrierile Sfântului Tihon din Zadonsk)

1. Tinerilor să nu li se îngăduie să bea băutură amețitoare, căci tânărul repede se deprinde.
2. Nici bărbații desăvârșiți să nu bea vin fără nevoie.
3. Să vă amintiți că cei deprinși cu această patimă anevoie se slobozesc de ea și că mulți dintre ei mor în această stare.
4. Cei deprinși cu patima beției să se înarmeze împotriva ei și, trezvindu-se, să se roage milostivului Dumnezeu, să plângă ca să fie sloboziți de ea.
5. Să cugete la faptul că mulți bețivi, culcându-se în stare de beție, așa și mor, și se mută din acest veac fără nici o simțire și fără pocăință, ceea ce este înfricoșător.

6. Să-și aducă aminte de nenorocirile care se întâmplă la beție: sminteli, certuri, bătăi, precum și năluciri, frici, boli și slăbănogirea a tot trupul – și să asemuie (compare) viața de trezvie cu starea celor beți.

Cele zece mlădițe amare ale beției (din scrierile Sfântului Dimitrie al Rostovului)

„Anacharsis, înțelept vestit la elinii cei din vechime, spune că vița de vie odrăslește trei mlădițe: prima este mlădița desfătării, a doua – a îmbătării, iar a treia – a întristării. Filosoful a tâlcuit spusele sale astfel: întrebuințarea cu măsură a vinului slujește omului spre mulțumire și sănătate, fiindcă și setea o potolește, și pe om îl întărește, și inima o veselește; iar întrebuințarea lui fără de măsură naște certuri, aprinde mânia, stârnește la ocări și la bătăi, după care urmează de obicei necazuri nu puține. În ceea ce ne privește, dacă vom vrea să cercetăm puterea beției cu luare-aminte și dacă o vom numi „viță", vom afla pe ea nu trei mlădițe care aduc omului vătămare și întristare, ci mult mai multe, și anume zece.

Cea dintâi mlădiță este întunecarea minții, încețoșarea judecății, pierderea cunoștinței – fiindcă de la stomacul preaplin de băutură aburii se ridică la cap, lucrează asupra creierului și întunecă mintea. Drept aceea, când sunt la beție, mulți nu mai știu de ei, nu își dau seama ce fac și vor-

besc, la fel ca niște nebuni, și orice rău, necinstire sau bătaie ar păți, a doua zi nu-și aduc aminte. Asupra celor de acest fel se împlinește zisa Scripturii: *Bătutu-m-a și nu m-a durut, ocărâtu-m-a și eu n-am știut* (Pilde 23, 34).

Cea de-a doua mlădiță este nerușinarea: bețivul nu se rușinează de nimeni, ci, pierzându-și conștiința, rostește vorbe spurcate, hulitoare, prostești, jignitoare pentru un auz cu întreagă-înțelepciune; gura lui se aseamănă unui grajd de dobitoace, plin de necurăție împuțită, iar limba – unei lopeți cu care se aruncă această necurăție... Ce altceva este inima acestui om, fără numai locaș al multor rele, din care nu poate să iasă altceva decât rău, după cuvântul Evangheliei: *Omul cel rău din vistieria cea rea a inimii sale scoate cele rele, că din prisosința inimii grăiește gura lui* (Lc. 6, 45).

Cea de-a treia mlădiță din vița beției este nepăzirea tainei. Cel beat povestește tuturor și fiecăruia, fără fereală, toate tainele, ale sale și străine, pe care le oblăduia cu osârdie în adâncul sufletului său, păzindu-le întru tăcere, cât era treaz. Și nu numai atât: el pomenește și ceea ce a trecut demult și s-a dat uitării. Și este tot atât de obișnuit lucru pentru bețiv să descopere tainele precum îi este să verse mâncarea din stomac: nici mâncarea, nici tainele nu rămân în bețiv.

Cea de-a patra mlădiță din sodomitica viță a beției e ațâțarea poftei trupești, drept care Apostolul și îndeamnă: *Nu vă îmbătați cu vin, întru care este curvia* (Efes. 5, 18).

Cea de-a cincea mlădiță, plină de otravă șerpească, este iuțimea, mânia, vrajba, certurile, bătaia și vărsarea de sânge. Îmbătându-se cu vin, oamenii se scoală cu întărâtare unul asupra altuia. Iată de ce vorbește cu dojană Parimiastul: *Cui este vai? Cui sunt gâlcevi? Cui judecăți? Cui necazuri și sfezi? Cui zdrobirea în zadar? Cui sunt ochii urduroși? Au nu celor ce zăbovesc la vin și celor ce pândesc unde se fac ospețe?* (Pilde 23, 28-29). Și înțeleptul fiu al lui Sirah grăiește: *La vin nu te face viteaz, că pe mulți i-a pierdut vinul* (Sir. 31, 29).

Cea de-a șasea mlădiță, plină de fiere, este vătămarea sănătății, slăbirea puterilor trupești, tremurul mâinilor, durerea de cap, slăbirea vederii, pătimirea stomacului, gemetele, neputințele, bătrânețea înainte de vreme, împuținarea anilor vieții și moartea nefericită.

Cea de-a șaptea mlădiță e risipirea avuției, pierderea bogăției, lipsirea de foloase: *Lucrătorul bețiv*, grăiește fiul lui Sirah, *nu se va îmbogăți* (19, 1). Ce mulți sunt oamenii care din pricina beției au ajuns de la mare bogăție în cea mai de pe urmă sărăcie!... Exemplu avem în fiul curvar, care e zugrăvit în pilda evanghelică.

Cea de-a opta mlădiță amară este pierderea mântuirii. La fel ca bogăția materială, și comorile duhovnicești se risipesc în urma beției, fiindcă bețivul spre toate păcatele cutează. De ce păcat se îngrețoșează, se teme ori se rușinează omul când este treaz, nu se mai rușinează, nu se mai teme, nu se mai îngrețoșează când este beat.

În cartea numită „Pateric" se află o istorisire despre un oarecare pustnic din Egipt, căruia dracul i-a făgăduit că n-are să-l mai tulbure cu nici un fel de ispite dacă va face o singură dată un păcat din trei, la alegere: omor, curvie și beție... „Fă unul dintre acestea", a grăit dracul, „omoară un om, sau curvește, sau te îmbată o dată, și după aceea vei trăi în pace: n-o să te mai ispitesc cu nici un fel de sminteli". Și s-a gândit pustnicul așa: „Să omor un om mă înfricoșez, căci este mare rău și pentru el mă amenință pedeapsa cu moartea și după judecata lui Dumnezeu, și după judecata omenească. Să fac curvie mă rușinez, și pe deasupra îmi pare rău să-mi spurc curăția trupească, pe care am păzit-o până acum; scârbă îi este omului să se întineze, dacă n-a cunoscut mai înainte acea întinăciune. Mai bine merg să mă îmbăt, ca dracul să nu mă mai supere și ca după aceea să trăiesc liniștit în pustie". Și a luat lucrul său de mână, a mers în cetate, l-a vândut, a intrat în cârciumă, și a început să bea, și s-a îmbătat; prin lucrarea Satanei a intrat în vorbă cu o femeie nerușinată, și s-a înșelat, și a păcătuit cu ea... Deodată a venit bărbatul femeii cu pricina și, aflându-l pe pustnic în păcat cu dânsa, a început să-l bată – iar el l-a apucat la rândul său, l-a biruit și l-a omorât... Și a făcut pustnicul acela toate trei păcatele: și curvia, și uciderea, pornind de la beție! Așadar, vedeți că beția spre toate păcatele cutează și lipsește pe om de mântuire, pierzând fapta cea bună.

Bine zice despre aceasta Sfântul Ioan Gură de Aur: „Dacă beția află în cineva și întreagă-înțelepciune, și rușinea cea după Dumnezeu, și bună înțelegere, și blândețe, și smerită cugetare – pe toată le aruncă în adâncul fărădelegii!“ Iar omul care prin beție s-a lipsit de toate faptele bune, oare nu se lipsește de mântuire și nu se înstrăinează de moștenirea cerească? Pe bună dreptate zice Apostolul: *Bețivii Împărăția Cerurilor nu vor moșteni* (1 Cor. 6, 10).

Cea de-a noua mlădiță a viței este mânia lui Dumnezeu: călcând poruncile lui Dumnezeu, bețivul stârnește spre mânie cu păcatele sale pe Însuși Dumnezeu. Iată de ce strigă Prorocul Isaia: *Vai celor ce se scoală de dimineață și umblă după băutură bețivă până seara, că vinul îi va arde pe ei* (Is. 5, 11).

Cea de-a noua și cea mai amară mlădiță a beției este pieirea de tot a sufletului... Alți păcătoși se pot pocăi și pot avea părere de rău pentru păcatele lor când le sosește ceasul morții, fiindcă mintea lor este trează – însă bețivul care moare cum poate să se pocăiască, dacă el nu știe de sine, dacă nu-și dă seama că îi vine moartea, pe care nicidecum nu o aștepta? Iar pentru cel ce moare fără pocăință gheena este cu neputință de ocolit.

Iată mlădițele acestei vii sodomitice care este beția: măcar că la gust par dintâi dulci, după aceea dulceața lor se preface în amărăciune de fiere, în otravă de șerpi și de aspide!

Pe bună dreptate Sfântul Ioan Gură de Aur îi socoate pe beţivi mai rău ca pe câini şi ca pe celelalte dobitoace necuvântătoare. „Nici un dobitoc", zice el, „nu mănâncă şi nu bea mai mult decât are nevoie, şi nimeni nu poate să îl silească să mănânce ori să bea dincolo de măsura pe care o cere firea lui. Iar beţivul şi fără a fi silit umple tot mai mult pântecele său, până ce se vatămă pe sine".

Din scrisorile Părintelui Nikon (Vorobiov)

„Dragă S.!

Ce mai faci? Cum stai cu sănătatea? Aş vrea foarte mult să te văd şi să stăm de vorbă. Aud că bei de stingi în continuare, spre marea ta vătămare. Ce îl aşteaptă pe om pe această cale? O să-ţi scriu acum să te lămuresc.

Dacă nu te vei lupta cu această boală, vei cădea sub deplina stăpânire a dracilor. Ei te vor aţâţa să bei tot mai mult, şi prin asta să-ţi tulburi sistemul nervos. Vei deveni irascibil, mânios. Certurile – la început uşoare – vor deveni tot mai grosolane, tot mai lungi. Banii n-o să-ţi ajungă, te vor da afară din slujbă, vei fi nevoit să-ţi vinzi lucrurile, să ceri împrumut în mod umilitor, poate chiar să furi. Mânia va spori până la treapta de răutate drăcească, până la dorinţa de a ucide.

Dracii, care acum lucrează în taină, vor începe să ţi se arate în chip de tâlhari, de fiare sălbatice,

de șerpi și așa mai departe. După aceea ți se vor arăta și în chipul lor cel hâd, scârbavnic. Dacă nici atunci nu te vei învăța minte, te vor face să comiți vreo crimă gravă, de pildă să pui foc, să omori, iar după aceea te vor aduce la deplină deznădejde și te vor împinge să-ți pui capăt zilelor. Dacă omul ar dispărea prin moarte, tot ar mai fi o pricină de bucurie, și anume că se termină cu chinurile – dar omul nu dispare. Prin moarte, bețivul, sinucigașul trec definitiv și pentru totdeauna din suferințele mici și vremelnice în stăpânirea dracilor, în chinul cel mai cumplit, care nu va avea sfârșit.

Oamenii duhovnicești, care se luptă cu păcatele și le înving, devin în stare la început să simtă mereu lumea duhovnicească, și apoi să-i vadă pe îngeri: iar cei dedați patimilor grosolane, mai ales beției și desfrâului, dacă nu se vor pocăi, îi vor vedea pe draci și vor deveni robi ai lor.

Până și înfățișarea omului duhovnicesc și a robului diavolului mărturisesc limpede la ce duce fiecare dintre aceste două căi. *După roadele lor îi veți cunoaște*, spune Domnul.

Dragul, scumpul, bunul, inteligentul meu S.! Vino-ți în fire: încotro mergi? Dacă aici îți este deja greu, cum îți va fi după moarte? Patimile sunt acolo de o mie de ori mai puternice decât pe pământ, te vor arde ca focul, fără să ai în vreun fel putința de a le potoli. Pentru viața irosită, pentru fărădelegile săvârșite, conștiința îți va roade inima ca un vierme neadormit. Iar înțelegerea faptului că te-ai lipsit singur de fericirea

veşnică în obştea sfinţilor oameni şi îngeri te va sfâşia în veci.

S.! Dacă nu te poţi lăsa de băut, măcar dă-ţi seama că nu faci bine, că te distrugi, că îi amărăşti pe apropiaţii tăi, că Îl jigneşti pe Domnul. Dă-ţi seama de acest lucru şi cazi la Domnul măcar o dată pe zi şi spune-I: «Doamne, pier; mântuieşte-mă, nu îngădui să ajung la pierzania desăvârşită. Doamne, milostiv fii mie, păcătosului». Dacă vei spune aşa zilnic din toată inima, Domnul îţi va ierta toate păcatele şi te va mântui de la pierzare.

Cel dintâi a intrat în rai tâlharul. Aşa a rânduit Domnul ca să ne îmbărbăteze şi să ne mângâie pe noi, păcătoşii. Să nu zici că eşti deja pierdut: acesta este gând drăcesc. *Bucurie se face în Cer pentru un singur păcătos care se pocăieşte,* zice Domnul. El, Mântuitorul nostru, a venit pe pământ ca *să îl caute şi să îl mântuiască pe cel pierdut.* Nu te teme de draci. Dacă se vor arăta în vreun chip, cheamă numele Domnului Iisus Hristos şi fă-ţi semnul crucii. Nu te apăra cu cuţite sau cu altă armă materială. Ei nu se tem de aşa ceva. Luptă-te cu numele lui Dumnezeu. *Înconjurând m-au înconjurat, şi întru numele Domnului mă împotriveam lor:* iată cum se apărau de draci creştinii adevăraţi, învăţându-ne şi pe noi să facem acelaşi lucru.

S.! Te-am pomenit întotdeauna la rugăciune. Îţi promit că la fiecare Liturghie voi scoate părticică pentru tine şi-L voi ruga pe Domnul să te înţelepţească şi să te ajute să scapi de necaz. Tu

doar să te lupți măcar puțin, să nu dai mâna cu dracii. Repet: roagă-L pe Domnul măcar o dată în zi, făcând metanie mare, să nu te lase să pieri, ci să te mântuiască de chinul veșnic. Cruță-te, cruță-te... Cândva ți-ai iubit soția. Poate că o iubești și acum. Oare nu ți-este milă să-i frângi inima? Cere-ți iertare de la ea dacă o superi vreodată, ca și Domnul să te ierte pe tine. Dacă nu vei fi în pace cu cei de aproape ai tăi, cum te vei împăca cu Domnul?

Nu deznădăjdui, orice prostie ai face. Când prinzi o clipă luminoasă, roagă-te Domnului, iar El te va ajuta și te va ierta. S., vino-ți în fire, cruță-te! Vino la noi. Aici vei putea să te spovedești, să te împărtășești. Vei merge la biserică. Vei citi cărți duhovnicești. Ia-ți concediu și vino, măcar de unul singur – cum îți e mai comod.

S., eu sunt om păcătos, dar îmi pare rău de tine din toată inima.

Iar Domnului îi pare de mii de ori mai rău pentru fiece păcătos și așteaptă doar întoarcerea lui ca să-i ierte toate păcatele și urâciunile și să-l mântuiască. Întoarce-te spre Domnul cu rugăciune, pocăiește-te de păcatele tale, depărtează-te de oamenii răi și de serviciul tău blestemat, și te va mântui Domnul. Mai bine să nu lucrezi nicăieri, dar să nu bei și să nu te distrugi. La început o să te țină ai tăi, iar când te vei mai întări și vei fi iarăși stăpân pe sine, Domnul îți va rândui o muncă nevătămătoare. Vei dobândi pace sufletească, liniște, bucurie. Acum nu faci alta decât să

suferi, și să te distrugi, și să-i faci să sufere și pe ai tăi.

Dacă nu te vei întoarce cu pocăință și smerenie către Domnul, încă de aici te așteaptă mare suferință, iar după aceea moartea – plânsul, scrâșnirea dinților, întunericul, tartarul, viermele care nu moare și focul cel nestins, chinul veșnic, înfricoșător, nepătruns cu mintea și nesfârșit.

Oricât de greu ar fi aici, toate cele pământești au sfârșit. Iar după moarte este veșnicie fără sfârșit – veșnicie fie în fericire de negrăit, fie în chin cumplit. Alegerea este în mâinile noastre. Domnul vrea ca toți să aibă parte de bucuria veșnică, dar nu trage pe nimeni la Sine cu de-a sila. Nu vrei să fii cu Domnul în lumină și fericire, vei merge la diavol, în veșnic întuneric și chin.

Tot ce scrie aici este adevărul neîndoielnic. Cruță-te, S., fie-ți milă de tine însuți... Amin.

Prietenul și părintele tău, care te iubește și-ți vrea binele cu adevărat, p. Nikon".

Scrisoarea unei mame

„...Fiul meu obișnuia să bea – uneori bea câteva zile la rând, după care făcea o pauză ca să-și vină în fire, apoi totul se repeta. De patru ori a avut crize, când și-a pierdut cunoștința, și-a mușcat limba.

Doctorii nu reușeau să înțeleagă de ce se întâmplă toate astea. În deznădejdea mea, căutam mijloace să-mi vindec fiul. I-am făcut tratament la

societatea «Optimalist», care își face atâta reclamă, apoi la narcolog acasă, de două ori în clinica Bechterew. Slavă Domnului, n-am mers la bioenergeticieni și la hipnotizatori. Lucrurile au ajuns până într-acolo că, nemaisperând să îndrept ceva, mi-am pierdut cu totul stăpânirea de sine.

La noi în casă au început certurile, scandalurile. Eram foarte împietrită la inimă și nu înțelegeam că boala fiului meu este o boală duhovnicească. Dar Domnul nu ne-a părăsit, deși atunci nu eram credincioși cu adevărat.

Din anul 1991 am început să merg la biserică, să port cruce (deși am fost botezată în copilărie și am crescut într-o familie foarte religioasă, realitatea acelei vremi, ateismul general și-au lăsat amprenta). Și iarăși: Domnul nu ne-a părăsit, ci tot timpul ne-a călăuzit și ne-a înțelepțit. Treptat, foarte încet am scăpat de nebunia trecutului și m-am întors la Dumnezeu...

Nu după multă vreme mi-am adus și fiul în Biserică. Și iarăși: Domnul și Preacurata Lui Maică nu ne-au părăsit. A început vindecarea treptată a amândurora, fiindcă amândoi eram bolnavi duhovnicește. Fiul a făcut pocăință la spovedanie cu lacrimi și cu mare părere de rău.

Am înțeles amândoi în ce păcat (și păcate) ne aflăm. Treptat, cu ajutorul lui Dumnezeu, s-au schimbat multe în noi. Fiul aproape că nu mai bea. Părintele nostru este la curent cu tot ce se întâmplă în viața noastră, întrucât mergem mereu la biserică, ne spovedim și ne împărtășim.

Părintele i-a zis fiului meu: «Înconjoară-te cu lucruri sfinte, să-ți fie ca o baricadă împotriva dracilor». În camera lui, pe lângă o mulțime de icoane, se află totdeauna aghiasmă, prescură, untdelemn sfințit (am primit Sfântul Maslu în Postul Mare), Evanghelia, cartea de rugăciuni. Părintele ne-a mai sfătuit să trecem zilnic pe la biserică și să sărutăm Crucea, ca să ne apere de puterea necurată. Ne-am sfințit casa. Înțeleg că boala fiului nu a trecut de tot și că va fi nevoie de încă mult timp și de multe silințe din partea noastră, dar cu ajutorul lui Dumnezeu vom birui propriile neputințe. Principalul este că suntem pe drumul bun".

Preasfânta Născătoare de Dumnezeu a izbăvit (din cartea „Icoana Maicii Domnului «Potirul Nesecat»")

„Aveam un necaz mare. După războiul din Afganistan, fiul meu a băut 14 ani și nu era nici botezat. M-am rugat pentru el când am înțeles că numai asta poate să-l izbăvească. Dar... ce rugătoare mai sunt și eu !...

Cu doi ani în urmă am citit în calendarul ortodox că în mănăstirea dumneavoastră există icoana făcătoare de minuni a Maicii Domnului «Potirul Nesecat». În mine a încolțit nădejdea, și am mers la mănăstire. Acolo am dat un sărindar și am lăsat numele spre pomenire pentru un an de

zile. Am cumpărat o icoană a Maicii Domnului «Potirul Nesecat» și un acatist al ei, am luat aghiasmă. Cu binecuvântarea părintelui nostru, în Postul Mare am citit zilnic acatistul. Cu rugăciunile Maicii Sale, Domnul mi-a făcut bine fiul. Acesta a primit botezul și s-a vindecat de boala beției.

N., Estonia"

„Am început să beau des după ce am servit în armată. Mă străduiam să beau cu măsură, chiar să mă las cu totul, dar n-am avut nici o izbândă. Când nu beam, aveam nervi pe toată lumea și răbdam zilele de «stare trează», după care mă îmbătam iarăși până mi se «rupea banda». Iar în anul 1995 m-am tratat la un narcolog din orașul Cehov prin metoda «torpedo». Un an am umblat cu frica în sân, numărând zilele până la încetarea acțiunii preparatului. După aceea a urmat, firește, o recădere de proporții gigantice, iarăși tratament și «torpedo» pentru un an.

În vara lui 1996, sfătuit de niște cunoscuți, am mers la mănăstirea Vâsoțkii. M-am pregătit de spovedanie și m-am împărtășit acolo. Înainte de asta am mers jumătate de an cu mama la biserica din oraș. După aceea am cumpărat o icoană a Maicii Domnului «Potirul Nesecat» și acatistul pentru izbăvirea de beție. Am luat și am băut aghiasmă.

În toamna lui 1996 m-am rugat acasă, în bucătărie, seara târziu, înaintea icoanei Maicii Domnului «Potirul Nesecat», citind acatistul și adăugând propriile mele cereri de a primi izbăvire eu

și toți cei ce suferă de alcoolism. Pe nesimțite, a dispărut cu totul tentația de a bea: am început să văd băutura ca pe o otravă care distruge sufletul și trupul. De atunci n-am mai pus nici un gram de alcool în gură și mulțumesc lui Dumnezeu, Maicii Domnului și tuturor sfinților pentru vindecarea de alcoolism și de fumat.

V., regiunea Moscovei"

Rugăciune către Preasfânta Născătoare de Dumnezeu și Pururea Fecioara Maria înaintea icoanei ei cu numele „Potirul Nesecat"

O, Preamilostivă Stăpână! Sub acoperământul tău alergăm acum: rugăciunile noastre nu le trece cu vederea, ci cu milostivire auzi-ne pe noi, soțiile, copiii, mamele celor ce sunt ținuți de greaua boală a beției și din această pricină cad de la Maica lor, Biserica lui Hristos, și de la mântuire, și îi tămăduiește pe dânșii.

O, Milostivă Maică a lui Dumnezeu, atinge-te de inimile lor și grabnic ridică-i din căderile în păcate, și la înfrânarea cea mântuitoare adu-i pe ei. Roagă pe Fiul tău, Hristos Dumnezeul nostru, să ne ierte nouă greșalele noastre și să nu întoarcă mila Sa de la poporul Său, ci să ne întărească pe noi întru trezvie și întreagă înțelepciune.

Primește, Preasfântă Născătoare de Dumnezeu, rugăciunile mamelor ce varsă lacrimi pentru copiii lor, ale soțiilor ce se tânguiesc pentru soții lor, ale copiilor sărmani, lăsați în rătăcire, și

ale tuturor care cad la icoana ta. Și să ajungă această plângere a noastră, cu rugăciunile tale, la Scaunul Celui Preaînalt.

Acoperă-ne și ne păzește de vânarea celui viclean și de toate cursele vrăjmașului; în ceasul cel înfricoșat al ieșirii noastre ne ajută să trecem fără de poticnire prin vămile văzduhului; cu rugăciunile Tale izbăvește-ne de veșnica osândă, ca să ne acopere mila lui Dumnezeu în nesfârșiții veci ai vecilor. Amin.

Șapte duhuri necurate (din „Carte de căpătâi pentru monahi și mireni", Mănăstirea Pskovo-Pecerskaia, 1998)

Cuvântul lui Dumnezeu e nesfârșit de mare – și înțelegerea lui de către om, chiar fără a ieși dintre hotarele puse de Sfânta Biserică Ortodoxă, află mereu nuanțe noi și însemnătăți nedescoperite mai înainte ale înțelesului veșnic și neschimbat.

Este binecunoscută și des folosită pilda Mântuitorului despre duhul necurat care a ieșit din om. *Când duhul cel necurat va ieși din om, trece prin locuri seci, căutând odihnă, și nu află. Atunci zice: „Întoarce-mă-voi în casa mea de unde am ieșit"; și, viind, o află goală, măturată și înfrumusețată. Atunci merge și ia cu sine alte șapte duhuri, mai rele decât el, și, intrând, locuiesc acolo, și se fac mai rele omului aceluia cele de apoi decât cele dintâi* (Mt. 12, 43-45). Cuvin-

tele pe care le adaugă Domnul Iisus Hristos: *Așa va fi și cu acest neam rău* arată limpede că pilda ne descoperă în primul rând destinul social-istoric al neamului viclean și preacurvar, care caută semne, fiindcă pilda este rostită de Mântuitorul anume făcându-se aluzie la acest *neam.*

Gândurile nevoitorilor bunei credințe se opresc însă de obicei asupra exegezei ascetice a pildei – și lucrul acesta nu este deloc de mirare. Dar au fost oare epuizate înțelesurile pildei?

Potrivit înțelegerii ascetice, duhurile necurate sunt unite deseori cu fel și fel de patimi. Astfel, duhul necurat care a ieșit din om este totodată o anumită patimă biruită. În continuare, sensul este limpede în linii mari. Când sufletul, după izgonirea patimii, nu se umple de conținut sfânt, pozitiv, duhurile necurate ajută să se sălășluiască în el o împătimire mult mai „bogată" și care lucrează intens – cele *șapte duhuri mai rele.*

Dar de ce șapte? Întâmplător spune Evanghelia că sunt șapte? Dar dacă nu? Dacă nu – adică dacă numărul *șapte* are nu un sens pur simbolic, care arată deplinătatea, ci un conținut pe deplin realist –, de aici reiese că cele șapte patimi a căror lucrare duhurile necurate o stârnesc în sufletul omului sunt totdeauna unele și aceleași (firește, este vorba doar de acele cazuri când mișcările pătimașe pe deplin concrete, cum ar fi beția și curvia, sunt izgonite din suflet, însă acesta nu se îngrijește să înceapă lucrarea cea bună).

Observarea acestor situații (iar omul cu luare-aminte va sesiza ceva de genul acesta întotdeau-

na), precum și logica vieții duhovnicesc-morale a vieții omului dovedesc că păcatul lucrează similar în asemenea cazuri.

Ce ar trebui să facă omul care a reușit să biruiască o deprindere păcătoasă? Pentru început, să-și pună mintea de strajă inimii, ca să bage de seamă măcar cele mai grosolane gânduri păcătoase și să se străduiască, ca un paznic – fie el și nu foarte bun –, să nu le lase să treacă.

Dar dacă nu reușește? Să vedem ce poate ieși de aici...

Bun, păcatul a fost biruit! Ura! Să zicem că înclinarea spre beție a fost izgonită din inima mea. Și jubilez. Vai, dar nu pentru multă vreme. N-am dat loc Duhului Sfânt în inima mea proaspăt curățită. Și nu e de mirare. M-am străduit atât de mult eu însumi, am cerut cu atâta stăruință și frângere de inimă ajutorul lui Dumnezeu; atât suflet au pus, atât de multă vreme, încercând să mă ajute în fel și chip apropiații mei, și în primul rând prin rugăciunile lor unite. Încât acum mă odihnesc – liniștit, fără tulburare. Dar iată că duhul necurat al beției, după ce a rătăcit prin *locuri seci*, căutând odihnă și neaflând, se întoarce tiptil și, văzând casa sufletului pustie, merge după șeptimea de tovarăși care îl vor ajuta – știe din experiență – să se sălășluiască din nou în sufletul curățel și atât de „gustos“, la care poftește atât de tare. Treaba îi este ușurată de faptul că, după cât se vede, nimeni nu stă de pază.

Cel dintâi intră în acțiune duhul necurat al trufiei, care, în funcție de caracterul și de dispoziția

curățelului „pacient“, se arată sub una dintre fețe: mulțumirea de sine („Ce tare sunt, am reușit să-mi înving păcatul“), nădăjduirea în sine („Păi, n-a fost așa greu; am destule puteri să mă descurc cu asta“), încrederea în sine („Ha! porcăria asta n-o să mai îndrăznească să se apropie de mine, știind că sunt luptător încercat și că am biruit-o“). Și, la câtă „experiență“ am eu în viața duhovnicească, duhul trufiei, smintindu-mă cu cele trei fețe ale sale în orice combinație și ordine, pătrunde și se așază temeinic în săracul meu suflet.

Și nu numai că se așază, dar face loc și pentru tovarășul său, al doilea duh necurat, duhul leneviei. Și, într-adevăr, mi se pare mie, totul este minunat pentru totdeauna: duhul beției nu se întoarce, nici alte duhuri slute nu mișcă în fața mea (iar duhul mulțumirii de sine, al încrederii în sine, al nădăjduirii în sine a pătruns „gingaș“ și pe nebăgate de seamă) – pot să mă odihnesc. Înainte, în viața mea era mult păcat, însă și multă luptă încordată. Am obosit de atâta încordare; conștiința este liniștită; acum ce mai e de făcut? Osteneală duhovnicească? Hmm... putem să mai așteptăm... puțin. Deocamdată... să ne odihnim, să ne odihnim... să ne odihnim... Am meritat pe deplin odihna prin munca încordată de dinainte. Și duhul leneviei se întinde fără grabă, dar cu putere.

Și iată că eu, eroul moral, sunt înfășurat în dulcele păienjeniș al duhului leneviei: „De ce să mă mai încordez?“. Iar acest stăpân face locușor și pentru următorul său tovarăș, care întărește succesul lui. Conștiința mai piuie câteodată, mai dă

semnale că totuși e vremea să încep să mai fac ceva. Dar lenevia nu lasă să treacă duhul bun al lucrării exterioare, singurul de trebuință, în schimb dă drumul vicleanului și necuratului duh al lucrării exterioare. Orice lucrare trupească are îndeobște însușirea că sufletul, de regulă, e mulțumit cu ea. Acesta este un lucru primejdios totdeauna, dar mai ales atunci când un caracter superficial își găsește lucrare pe potriva sa. Cea mai lăuntrică lucrare este rugăciunea. Duhul necurat, strecurându-se cu viclenie, fie anihilează cu totul rugăciunea, fie o face neputincioasă. Și astfel rămân lipsit de una dintre armele principale.

Simțământul mulțumirii de sine, care este atât de aproape lucrării exterioare, alungă departe rămășițele pocăinței (dacă s-a mai păstrat așa ceva în sufletul meu), în schimb dă drumul, în mod triumfal, și celui de-al patrulea duh necurat, care se arată cu pompă – duhul lipsei de pocăință. Acesta intră fără frică, însoțit de ajutători „vrednici“: îndreptățirea de sine și neluarea-aminte la sine. Numeroasele păcate de zi cu zi, văzând că sunt libere să intre, pătrund fără împiedicare în suflet și, rămânând neșterse prin pocăință, își fac lucrarea lor de „coroziune“. Și pentru păcatele mai mari se găsesc îndată dezvinovățiri. Are loc o *tăgăduire* pe scară largă *a răspunsurilor celor din păcate.* Chiar mergând la spovedanie, rămân, îndeobște, nepocăit. Așa am rămas lipsit și de o altă armă principală.

Lipsa de pocăință poate și singură să aducă din *locuri seci* oricare duhuri necurate; dar ele au

experiență multă – știu cum să acționeze, unde e mai ușor să plasezi lovitura cea mai dureroasă. Pe aceasta o dă următorul duh necurat – duhul nerecunoștinței. În plus, este firesc ca el să ocupe locul de mijloc acolo unde s-au aciuat deja mulțumirea de sine, lenea, lipsa de rugăciune, lipsa de pocăință. Duhul acesta este foarte viclean, mincinos și răutăcios. Cel pe care pune el stăpânire se înstrăinează în mai mare măsură de lucrarea Duhului Sfânt și nu aude insuflările lui. Duhul necurat se sălășluiește în mine, și eu mă clatin pe marginea prăpastiei. Eu, nerecunoscătorul, nu sunt în stare să văd nimic bun nici în lucrările lui Dumnezeu, nici în faptele oamenilor care cu milă se grăbesc să-mi vină în ajutor, ci pun tot ce este bun doar pe seama mea.

Tocmai atunci, în urma nerecunoștinței, aleargă al șaselea duh necurat. El aduce cu sine nepăsarea față de toți oamenii. Aduce închiderea în sine. Nu-mi mai pasă de nici un om, pentru că toți (mi se pare mie) mă necăjesc din toate părțile. Cresc înrăirea și nemulțumirea. Între timp, în orbirea și nepăsarea mea, necăjesc în dreapta și în stânga, căci nevăzând oamenii, nu văd nici necazurile pe care le fac lor. În jurul meu, după fireasca rânduială a lucrurilor, se închide cercul singurătății. Cea mai distrugătoare este atitudinea mea față de cei care încearcă să mă ajute...

Acest duh necurat a făcut treabă „bună". În jurul meu sunt numai frânturi: frânturi de suflet, frânturi ale bunelor relații de mai înainte. Urmând deprinderii înrădăcinate în mine, pentru toate ne-

cazurile proprii dau vina pe cei care au fost și sunt în jurul meu, iar în mine însumi văd doar intenții bune – dar sufletul se simte din ce în ce mai rău, ca atare se tulbură tot mai mult, și principalul este că nu știu cum să scap de starea asta. Și atunci se strecoară și se răspândește în mine al șaptelea, cel mai cumplit, duh necurat: duhul trândăviei (deprimării). Despre lucrarea lui se poate scrie o dizertație, însă o dizertație tragică. Ca atare, mai bine pun punct aici. Cu atât mai mult – este vremea să beau ceva. Cele șapte duhuri necurate au făcut totul pentru ca un duh „simpluț", care sare în ochi – cum este cel al beției –, să se acomodeze fără probleme în casa pustiită, ruinată a sufletului.

Bineînțeles, aceasta este doar o schemă, și în realitate schema, din mila lui Dumnezeu, nu ajunge întotdeauna la deplinătatea sa cea nimicitoare. Și, în general, variantele de dezvoltare ale celor mai necontestate scheme sunt atâtea și de așa fel, că te apucă plânsul. În plus, dincolo de examinarea schemei rămâne problema ascetică: cum să ne împotrivim duhurilor necurate? Oricum, experiența moral-psihologică a examinării unui asemenea mecanism al patimilor poate aduce folos celor ce rămân câteodată nedumeriți, fără să înțeleagă nimic, în fața faptelor prezentate de dezvoltarea naturii păcătoase a sufletului omenesc, care rămâne pustiu, *măturat și înfrumusețat.*

Dă-ne tuturor, Doamne, duhul luării-aminte și al înțelegerii.

Despre narcomanie și narcomani

Acest flagel este cumplit, răspândindu-se galopant în Rusia. Iată doar câteva cifre care atestă proporțiile și profunzimea afectării de droguri a societății noastre: 2% din populația țării este dependentă în mod persistent de droguri; în ultimii zece ani, narcomania a crescut de 10 ori printre copii și adolescenți, încât actualmente se consideră că există la noi peste o jumătate de milion de copii narcomani.

Voi adăuga că un singur narcoman „molipsește" până la alți 60 de oameni. Acest fapt este legat de difuzarea și de revinderea narcoticelor. Narcomanul face asta în principal ca să aibă o sursă de venit constantă pentru a-și cumpăra porția zilnică de drog.

Aș mai spune că narcomania nu poate fi vindecată practic nicăieri în lume (terapia are succes doar în 2-3% din cazuri). Problema este că aici avem de-a face cu o boală mai mult duhovnicească decât trupească. Iar procesul tratamentului constă nu atât în utilizarea medicamentelor, cât în reeducare, în recuperare îndelungată și minuțioasă.

Definiție

Potrivit definiției date de Organizația Mondială a Sănătății, „narcomania reprezintă starea de intoxicație periodică sau cronică, vătămătoare pentru om și pentru societate, produsă de consumul narcoticelor (de proveniență naturală sau artificială)". Condițiile a căror întrunire este necesară pentru a considera pe cineva narcoman sunt următoarele:

- atracția de neînvins față de narcotice;
- toleranța crescândă (mărirea dozei);
- dependența fizică și psihică de narcotice.

Problema narcomaniei are multe aspecte. Ea este și morală, și medicală, și socială, și juridică.

Dependența

Împătimirea de narcotice este deja constituită după două-trei luni. Deseori omul devine sclav al narcoticelor chiar după prima injecție. Voi menționa aici și că, de la începerea consumului de substanțe narcotice (cum ar fi heroina), narcomanul mai trăiește în medie șapte-opt ani, uneori zece-doisprezece – însă aceasta nu este viață, ci mai degrabă un chin continuu.

La narcoman se dezvoltă dependența fizică și psihică de narcotice. Dependența fizică se realizează în urma infiltrării narcootrăvii în mecanismele profunde ale metabolismului și în procesele biochimice din organism, încât acesta ajunge

să-și pretindă porția regulată de drog. La fiecare zece-douăsprezece ore, narcomanul simte dorința de neînvins de a-și lua doza, care până la un moment dat crește în continuu.

Dacă din oarecare cauze nu poate să-și ia drogul, narcomanul se chinuiește cumplit: îl trec sudori reci, apar greață, vomă, dureri articulare, senzație de slăbiciune, dureri abdominale, tremur în tot corpul. Depresia, tensiunea interioară, anxietatea sunt însoțitorii obișnuiți ai abstinenței.

Dependența psihică este o manifestare și mai gravă a narcomaniei. Potrivit expresivei descrieri pe care o dau narcologii acestei stări, narcomanul simte față de narcotice „dragoste“: ca un îndrăgostit, el se gândește tot timpul la obiectul dorințelor sale, așteaptă mereu întâlnirea cu el și năzuiește către el, se bucură dacă întâlnirea este pe punctul de a avea loc, se întristează și se enervează dacă ea este amânată; este gata de orice ca să fie mereu alături de narcotice (S. Belogurov, 1998). Personalitatea narcomanului suferă transformări radicale.

Încă o remarcă scurtă: consumul de narcotice aduce vătămări foarte puternice, câteodată ireversibile, sănătății omului. Suferă grav creierul și tot sistemul nervos, imunitatea scade, ficatul e distrus, inima slăbește. Nu există organ ori sistem din organismul narcomanului care să rămână neafectat. Aproximativ 80% dintre narcomani sunt infectați cu virusul hepatitei B. Cam aceeași frecvență o are la narcodependenți infecția cu HIV.

Unde sunt rădăcinile narcomaniei?

Care este cauza principală a consumului de narcotice? Lipsa duhovniciei. Consumul de narcotice este un păcat comis cu bună știință, care cu timpul „odrăslește" multe alte păcate. „Desfătarea" adusă de narcotice este doar o iluzie, o amăgire, insuflată jertfei omenești de către demon. Iubirea de plăceri și îmbuibarea pântecelui, iubirea desfătărilor trupești și lenevia, înmulțite cu necredința sau cu puțina credință, cu neînțelegerea pricinilor și a rosturilor pentru care trăiește omul pe acest pământ – iată rădăcinile duhovnicești ale narcomaniei.

În mare măsură sunt vinovați părinții, care nu și-au învățat copiii credința creștinească (fiindcă deseori sunt ei înșiși necredincioși), nu i-au deprins cu ascultarea, n-au urmărit cu ce sau cu cine își petrece vremea fiul sau fiica lor. Și rezultatul nu s-a lăsat așteptat.

Ajungem să constatăm cu groază că printre tineri drogurile devin în ziua de astăzi ceva de „bon ton". A te droga înseamnă a fi adult, independent, modern. Din păcate, nu sunt puțini cei ce gândesc așa. Multe instituții de învățământ mediu și superior ar trebui închise pentru carantină, cu afișul: ATENȚIE, NARCOMANIE! lipit la intrare.

Câteodată, în timpul consultației îți vine să strigi: „Oameni! Veniți-vă în fire!" Iată doar un exemplu. La consultație au venit o mamă cu fiica ei de 15 ani. În cursul convorbirii a ieșit la iveală că fata fuma de la 11 ani, puțin mai târziu a în-

ceput să curvească, iar de la 13 ani să consume heroină. Îți îngheață sângele în vine când auzi istorii de acest fel. Nu-ți vine să-ți crezi urechilor – dar, vai, aceasta este cruda realitate.

Zilnic pier oameni din cauza drogurilor, în timp ce alții își fac prima injecție din viață cu substanța ucigașă.

Așadar, să ne amintim: cauza profundă a narcomaniei sunt păcatele și patimile. Iar alături de acestea se află dracii, care îl cheamă pe om să se apuce de „ac" ori să înghită o mână de tablete psihotrope. „Nemăsurată este ura diavolului față de neamul omenesc", scrie episcopul Varnava (Beliaev), „pe care îl aruncă nu în raiul ce i-l promite, ci în iad, încă de aici, de pe pământ – și mari sunt rătăcirile și nechibzuința oamenilor care, pentru această amăgire, plătesc cu propriile chinuri de nedescris și cu lepădarea cu voie de fericirea veșnică și adevărată!.."

Iată un alt exemplu. La consult – o femeie de vârstă mijlocie cu fiul ei de 19 ani. Ea era deprimată, glasul – întretăiat de lacrimi. În familie – necaz. Fiul – narcoman. „Vechimea" în consumul de narcotice – doi ani. Alexei – așa îl chema pe băiat – a spus că la început, „ca toți"(!) din anturajul său, a fumat marijuana – din ce în ce mai mult. Odată, după un concert de muzică rock, niște cunoscuți i-au propus să se injecteze. În scurt timp nu mai putea fără heroină, „s-a legat de ac" puternic...

În continuare, istorisirea lui Alexei și completările mamei lui au calchiat cu exactitate relatările

multor narcomani cărora am avut prilejul, de-a lungul anilor de muncă, să le dau ajutor psihoterapeutic. Iată unele detalii ale acestei istorisiri: înșelarea la nesfârșit a părinților; discuții misterioase la telefon, după care urma dispariția de acasă; vinderea lucrurilor personale, apoi furarea de la părinți a unor obiecte de preț și bani; înrăirea; depresii nemotivate sau stări de excitație; restrângerea la minimum a intereselor; slăbire; crize de astenie; insomnie; imposibilitatea de a învăța sau de a munci undeva în momentul respectiv, din pricina stării psihice și a felului în care se simțeau.

Alexei a reușit mult timp să ascundă de părinți împătimirea sa pierzătoare. Aceștia au aflat că fiul lor este narcoman descoperindu-l în camera sa în stare de șoc, datorată unei supradoze de heroină. Era galben tot, aproape că nu mai respira. Dacă Salvarea n-ar fi ajuns la timp, șansele lui de a rămâne în viață ar fi fost practic nule. Alexei a fost realmente smuls din ghearele morții...

Încercările părinților de a-și smulge fiul din întunericul drogurilor au dat, din fericire, unele rezultate pozitive. Alexei a hotărât s-o rupă cu drogurile, conștientizând perfect durerea, suferințele și greutățile pe care avea să le întâmpine în drumul spre însănătoșire. Obișnuitele canale de difuzare a otrăvii și „prietenii“ n-au fost ușor de biruit. De pildă, oamenii de la care până mai ieri cumpăra narcoticul au început să i-l propună practic pe nimic. „Ia cu încredere“, spuneau ei, „o să-mi dai după aia“. Acești oameni nu îi dă-

deau pace nici în spital. Părinții lui Alexei au rămas stupefiați de tupeul și de lipsa de scrupule a narcotraficanților. Numai cu timpul, după ce Alexei a fost mutat la niște rude din celălalt capăt al orașului, a slăbit presiunea lor.

Tratamentul în narcodispensar a adus, potrivit spuselor lui Alexei, doar o îmbunătățire neînsemnată a felului în care se simțea. A îndurat cu greu despărțirea de droguri. I s-au făcut perfuzii, i s-au dat vitamine, sedative – însă atracția spre narcotic a rămas irezistibilă, sufletește se simțea groaznic, întreaga lume i se părea cenușie, amorfă, oribilă. La o săptămână după ieșirea din spital, n-a rezistat și și-a făcut o injecție cu heroină. Fundătură.

Citind un anunț în ziar, părinții au mers cu el la un centru narcologic particular. O săptămână de internare costa peste cinci sute de dolari. Accentul în terapie era pus pe folosirea nu știu căror „medicamente scumpe și foarte eficace"... După tratamentul în acest centru n-a rezistat fără narcotice decât trei săptămâni. Și iarăși a căzut. Toți erau deznădăjduiți...

Și numai după câtva timp Alexei și părinții lui și-au amintit de Dumnezeu, de faptul că au fost botezați întru Ortodoxie. Nu le mai rămânea decât nădejdea în milostivirea lui Dumnezeu. Tocmai aceste gânduri i-au adus în Biserică. Totodată, au făcut apel la specialiști, la medici și psihiatri ortodocși.

Cred că, dacă Alexei va rămâne statornic în dorința de a termina cu narcoticele, iar pocăința lui va fi sinceră și adâncă, Domnul Își va arăta

negreşit mila către el. Convingerea mea este întărită de numeroase cazuri de vindecare, când oameni care aveau chiar „vechime" mare în consumul de droguri au rupt-o cu ele. I-a izbăvit un singur lucru: credinţa în Dumnezeu. Iar acesteia i-au urmat şi lupta cu păcatul, şi silinţa de sine, şi rugăciunea, şi pocăinţa, şi năzuinţa către evlavie. Este neapărată nevoie de suferinţă, de răbdare, de osteneală. Aceasta este, dacă vreţi, o mică jertfă adusă lui Dumnezeu pentru păcate. Iar Domnul va primi această jertfă şi va da harul Său, care va vindeca toată patima şi neputinţa.

Este nepreţuită şi participarea rudelor, a apropiaţilor la izbăvirea celui suferind de narcomanie. Aici intră şi rugăciunea pentru el, şi sprijinul moral, dragostea şi mila faţă de el. Trebuie găsit şi dezvoltat în sufletul suferindului tot ce este mai bun. Este important ca cel tratat să nu se închidă în sine, să simtă căldură duhovnicească, grijă şi interes pentru soarta lui din partea celor apropiaţi şi a prietenilor.

Iată încă un sfat. Dacă aţi aflat că odrasla dumneavoastră a început să consume droguri, nu fiţi agresivi: daţi-i de înţeles că vă este drag şi că vreţi să îl ajutaţi.

Faptele strigă

Deosebit de alarmantă este sănătatea sufletească şi trupească a generaţiei adolescente. Diluarea principiilor morale în societate, condiţiile

sociale dificile, puterea de cumpărare scăzută și multe altele au căzut ca o grea povară asupra sufletelor fragile de copii.

Din trei-patru familii, una „scârțâie din toate încheieturile". Părinții multor copii abuzează de băutură, deseori se întâlnesc mame alcoolice. Vârsta la care începe fumatul a coborât până la limita de 10 ani la băieți și 12 ani la fete.

Nimeni nu se mai miră azi de faptul că între școlari au loc cu grămada relații sexuale. Bolile venerice la adolescenți, prostituția infantilă sunt, vai, jalnice semne ale vremii noastre. Peste tot în mass-media sunt prezentate corpuri goale. Programele TV sunt „decorate" cu titluri monstruoase, care acoperă violența, desfrâul, ocultismul. Din 1986 până în 1995 nivelul sinuciderilor la noi în țară a crescut cu 79%. În perioada reformelor, în fiecare an și-au pus capăt zilelor mai mult de 60 de mii de ruși – un oraș întreg de sinucigași – în timp ce omorâți de alții au fost doar 30 de mii. Și, lucru deosebit de tragic, în primul rând a crescut numărul sinuciderilor la tinerii între 20 și 24 de ani: de 2,9 ori. La celelalte grupe de vârstă ale populației adulte, factorul de creștere a fost între 1,6 și 1,8.

Nivelul delincvenței generale a crescut din 1987 până în 1996 de 2,2 ori. Numărul căsătoriilor a scăzut în aceeași perioadă cu 17%, în timp ce numărul divorțurilor a crescut cu 21%. Numărul copiilor nelegitimi a crescut între 1985 și 1995 cu 76%. Convulsiile sociale din țară au născut copii ai străzii. Indicatorii delincvenței la mi-

nori cunosc cote înalte. Potrivit datelor Ministerului de Interne al Federației Ruse, la începutul anului 1995 erau 50 de mii de copii ai străzii, iar 620 de mii de adolescenți aveau cazier la miliție (datele sunt citate după profesorul N. Gundarov).

Ca urmare a faptelor sus-menționate, statistica este tristă: aproximativ 80% dintre copiii din țara noastră au nevoie de asistență medico-psihologică. Din 35 de milioane de copii (în vârstă de până la 16 ani), aproximativ un milion sunt invalizi. Adică fiecare al 35-lea copil! Dintre tinerii care au fost declarați inapți pentru satisfacerea stagiului militar din motive de sănătate, 47 de procente erau reprezentate de cei bolnavi psihic.

Răspândirea afecțiunilor neuropsihice de graniță la copii și adolescenți a ajuns la cote fără precedent: 79%. Nervozitatea, excitabilitatea crescută, labilitatea emoțională, tendința spre conflicte, deteriorarea somnului sunt simptome tipice, care se întâlnesc la 8 din 10 copii. Iată niște date ce înspăimântă: 20% din numărul total de sinucideri sunt comise de copii și adolescenți. Iar acum, statistica sinuciderilor la copii și adolescenți în anul 1996: 5-14 ani – 2756 de persoane; 14-19 ani – 2358 de persoane.

Cu totul, 5114 copii au făcut acest pas cumplit, ireversibil. Și acestea sunt numai datele oficiale. În 92% din cazuri, sinuciderile au fost comise de copii din familii destrămate.

Jumătate dintre fetele și băieții de 13 ani consumă deja alcool.

Fiecare al 10-lea avort este făcut de o adolescentă.

Au apărut adolescenți-criminali în serie, lucru fără precedent în psihiatria judiciară. Putem numai să presupunem cât de monstruos este nivelul de agresivitate din societatea noastră, de vreme ce el se reflectă în asemenea fenomene.

Pentru copii, încercările încep de la cea mai fragedă vârstă. Iată câteva rânduri din scrisoarea unei tinere mame: „Copiilor li s-a furat copilăria. «Mulțumită» televiziunii și mijloacelor de informare în masă, copiii mici știu deja ce este sexul, cum și cu cine poți face sex. Când vor crește, oare vor mai putea să înțeleagă ce este dragostea? Uitați-vă ce desene animate li se prezintă copiilor. Până și titlurile îți dau fiori: «Trăsnitul», «Războiul stelelor» și așa mai departe. Filme imorale și pline de ignoranță. Nu demult au prezentat desenul animat «Toți ajung în rai». Esența acestui film: nu trebuie să muncești, trebuie să joci jocuri de noroc până ce câștigi, iar în calitate de divertisment cultural apar fetele de la cabaret. Oare la noi copiii sunt mutilați dinadins? Și ce jucării sunt în comerț: luptători ninja, extratereștri, roboți ș.a.m.d. Pentru ce? Ce aduc aceste jucării copiilor?" Din păcate, autorul rândurilor de față primește multe asemenea scrisori, și în fiecare din ele răsună durerea și amărăciunea părinților pentru ceea ce se petrece în jurul nostru.

Iată rezultatele unui studiu interesant, realizat de departamentele de poliție și de educație a populației din orașul Fullerton, statul California (S.U.A.), în martie 1988:

Principalele probleme din școală în 1940:
1. Elevii vorbesc în timpul orelor;
2. Mestecă gumă;
3. Fac gălăgie;
4. Aleargă pe coridoare;
5. Nu respectă ordinea la rânduri;
6. Se îmbracă în mod nereglementar;
7. Se ceartă în clasă.

Principalele probleme din școală în 1988:
1. Consumul de droguri;
2. Consumul de alcool;
3. Graviditatea;
4. Sinuciderile;
5. Violurile;
6. Tâlhăriile;
7. Bătăile.

Comentariile sunt de prisos. Trebuie subliniat în mod special faptul că aceste înfricoșătoare metamorfoze au avut loc în mai puțin de 50 de ani, în timpul dezvoltării vertiginoase în S.U.A. a materialismului. Credem că acest rezultat este firesc în orice societate bazată pe concepții materialiste. Sunt deja mai mult de 10 ani de când modul proamerican de viață ne este băgat pe gât nouă și copiilor noștri. La ce va duce asta? Prognoza care se întrevede nu este prea mângâietoare.

În mass-media – violență și sexualitate. Activitatea sectanților „de toate culorile" este orientată spre subminarea valorilor duhovnicești ale nației.

Copiii sunt viitorul nostru! Cum va fi acest viitor?

Nu vă lăsați cumpărați ! (cuvânt către adolescenți, după diverse publicații ortodoxe)

Copii! Jugul sub care sunteţi băgaţi acum e mai cumplit decât cel tătăresc. Tătarii au vândut ca robi pe pieţele Asiei şi Europei mii şi mii de compatrioţi ai noştri. Acum însă, fetele noastre nu mai sunt duse în robie de tătari, ci de aşa-numita „cultură de masă". Frângând împotrivirea ruşinii fireşti, aceasta dobândeşte rezultate mai cumplite decât focul şi sabia. Adolescenţii încep să nu mai dea doi bani pe fecioria şi curăţia date de Dumnezeu şi fireşti pentru orice om, sortindu-şi sufletul şi trupul unor chinuri cu neputinţă de ocolit. Şi băieţii, şi fetele se spurcă cu tutun şi înjurături. Răsună vorbele porcoase şi muzica drăcească. Cinismul, neruşinarea, desfrâul, cruzimea, narcomania de toate felurile au devenit fenomene de masă printre adolescenţi. Copiii sunt provocaţi la păcat prin cultura păcatului, pentru ca noua generaţie să fie transformată în dobitoace incapabile de întemeierea unei familii normale, de efort creator, productiv, de apărarea Patriei.

A te lua după „toată lumea" înseamnă pentru adolescenţii contemporani ceea ce însemna pentru cei din secolul al XIV-lea a fi luat rob de sălbaticii Hoardei pentru a fi vândut pe piaţa sclavilor. NU VĂ LĂSAŢI CUMPĂRAŢI !

Copii ! Duşmanii ţării noastre s-au străduit sute de ani să cucerească ţara noastră cu focul şi cu sabia, însă de fiecare dată au fost înfrânţi cu ru-

șine și și-au găsit mormântul pe nesfârșitele câmpii rusești. Acum vor să ne ducă de pe pământul nostru sub ochii îngăduitori și nepăsători ai adulților, cu complicitatea trădătoare a autorităților. Acum vor să nimicească poporul nostru nu cu armele, ci cu desfrâul, cu pornografia, cu drogurile, cu tutunul și cu votca – așa cum strămoșii lor i-au nimicit pe indienii americani.

Nu vă lăsați! Nu puneți mâna pe josnicele reviste finanțate din străinătate și pe toate celelalte scârboșenii ce urmăresc un singur scop: să-i lipsească pe toți viitorii miri și pe toate viitoarele mirese de căsătoria întemeiată pe dragoste și credincioșie, transformându-i în „parteneri" și „partenere" de 13-16 ani, „înzestrându-i" în acest scop cu instrucțiuni ilustrate, făcând reclamă acestor reviste la radio și la TV. Nu vă uitați la filmele și reclamele desfrânate, pline cu scene de dezmăț și de violență. Amintiți-vă: cine privește cu plăcere o scenă de păcat de moarte, se face părtaș la el.

Copii! Numai Credința, Biserica și dragostea de Patrie vă pot da orientarea corectă în viață. Aceasta a fost orientarea după care s-au călăuzit toți oamenii mari ai țării noastre: toată cultura și statalitatea autentică s-au clădit la noi pe credința creștinească. Fie veți deveni creștini prin viața și faptele voastre, fie veți ajunge lepădături duhovnicești, consumatori de „Playboy" și de narcotice, turmă cinică și mârșavă. Așa vor să vă facă Satana și dușmanii Patriei noastre. Dar voi împotriviți-vă lor cu credință, pentru sfințenie, pentru curăție și pentru dragostea adevărată! Dumnezeu,

Preacurata Lui Maică și Sfinții toți vă vor ajuta în această nevoință.

În legătură cu deșănțata propagandă prin mass-media – prin televiziune și alte mijloace – a informațiilor privitoare la curvie și la desfrâu, adică la legătura trupească nelegiuită ascunsă sub numele de „dragoste" și de „cunoștințe", Biserica Ortodoxă este nevoită să amintească băieților și fetelor despre nevoia de a-și păzi nevinovăția și fecioria ca pe o „sfântă a sfintelor" a personalității lor, ca pe lumina ochilor, până la intrarea în căsătoria legiuită. Amintiți-vă că rușinea, puterea de a te înfrâna de la satisfacerea poftelor trupești, existența căsătoriei, prezența religiei nu sunt idei abstracte, ci ceea ce îl deosebesc pe om de animal.

Legătura trupească nelegiuită, în afara căsătoriei, este păcat împotriva celei de-a Șaptea Porunci și, alături de omor, intră în rândul celor mai grele păcate de moarte, care omoară de vii sufletul și trupul!

Molipsindu-vă de o boală rușinoasă (acestea sunt peste douăzeci și nu există nici un mijloc garantat de apărare împotriva lor pentru desfrânați) sau făcând un avort, puteți deveni neroditori pentru toată viața, pierzând astfel pentru totdeauna bucuria de a fi tată sau mamă, ceea ce s-a întâmplat deja cu un sfert din generația mai în vârstă – sunt atâtea căsătorii neroditoare acum tocmai din pricina acestor păcate. Aceasta fără a mai vorbi de faptul că avortul, la orice vârstă a produsului de concepție ar fi fost făcut, e o ade-

vărată crimă, iar curvia micşorează capacităţile mintale şi creatoare.

Răspândirea acestui fel de păcat şi nepăsarea aproape generală faţă de el, impunerea lui ca standard general nu justifică nicidecum în faţa lui Dumnezeu pe cel sau pe cea care curveşte. La Înfricoşătoarea Judecată, fiecare va răspunde pentru sine.

Iubite prieten! Adu-ţi aminte că Domnul ne-a dat cea mai bogată ţară din lume, că faci parte dintr-un popor care a creat o mare cultură, o minunată literatură, care a dat naştere unei mulţimi de savanţi dintre cei mai mari, care a ieşit biruitor în războaie, şi-a păstrat credinţa şi a dat lumii numeroşi sfinţi – şi asta datorită puterii duhului strămoşilor noştri, care ţi-au lăsat înţeleptul proverb: „PĂZEŞTE CINSTEA DIN TINEREŢE!“

În timpul consultului medical...

Întrebare: Fiul meu este narcoman. Există clinici unde în câteva zile, cu ajutorul a diverse medicamente, sunt îndepărtate fenomenele de criză, este normalizat felul în care se simte bolnavul. Dar mai departe?

Principalul este năzuinţa sinceră, profundă, neclintită a fiului dumneavoastră de a o rupe cu drogurile. Narcomania este o boală la baza căreia se află păcatul conştient al consumului de substanţe narcotice – iar Domnul iartă păcatele celor care se pocăiesc cu sinceritate.

Păcatele se vindecă în spitalul duhovnicesc, care este Biserica lui Hristos, prin Sfânta Taină a Spovedaniei, când sufletul se mărturisește înaintea Crucii și a Evangheliei. Altă cale de vindecare nu există. În rugăciunea pe care preotul o rostește înainte de spovedanie auzim că am venit la doctor și că trebuie să nu plecăm nevindecați.

Adânca pocăință pentru păcatele săvârșite, rugăciunea către Doctorul Atotmilostiv al sufletelor și al trupurilor noastre, către Preacurata Lui Maică și către Sfinții lui Dumnezeu sunt primul pas spre vindecare: asta în cazul când fiul dumneavoastră este botezat și dacă în inima lui există o scânteie de credință creștinească, de nădejde în mila Domnului. Iar dacă nu, acesta este scopul către care trebuie, cu ajutorul lui Dumnezeu, să tindeți.

Medicii sau psihologii cu experiență, preparatele medicamentoase și metodele psihoterapeutice (aplicate în mod moral) sunt doar un auxiliar, adeseori necesar și eficace. Dar nu mai mult.

Frecvent, cauza recăderii în dependența de droguri sunt „prietenii de seringă". De acest anturaj bolnavul trebuie s-o rupă fără întârziere. Știu că nu este ușor de făcut asta, dar este indispensabil. Mai ales la început trebuie să stați mai mult cu fiul dumneavoastră, să-l păziți literalmente.

Nu cumva, Doamne ferește, să cereți „ajutorul" vindecătorilor ocultiști și hipnotizatorilor de tot felul.

Întrebare: Se cunosc semne care pot să ne indice consumul de droguri la un adolescent?

Se cunosc semne de acest fel. Ele pot fi clasificate în câteva grupe:

Semne fiziologice: paloarea pielii; pupile dilatate sau, dimpotrivă, contractate; ochii înroşiţi sau tulburi; vorbire lentă, incoerentă; pierderea poftei de mâncare, pierderea în greutate sau, din contră, apetitul exagerat; tusea cronică; proasta coordonare a mişcărilor (clătinare sau poticnire)

Semne comportamentale: excitaţia sau moleşeala fără motiv aparent; indiferenţa crescândă faţă de toate; dispariţii de acasă; absenţe nemotivate la şcoală; deteriorarea memoriei şi a atenţiei; insomnia; deasa şi nemotivata răsturnare a dispoziţiei; scăderea succeselor şcolare; cereri constante de „finanţare"; dispariţia din casă a banilor, a obiectelor de valoare, a cărţilor, a hainelor, a ornamentelor; dese convorbiri telefonice; aspectul neîngrijit

Semne evidente: urme de injecţii; hârtii şi bancnote răsucite în formă de tubuleţ; linguriţe ascuţite, capsule, sticluţe, cutii din tablă; cutii de medicamente cu acţiune somniferă sau sedativă.

Nu o dată am auzit la consultaţie ceva de acest gen: „Păi, doar din când în când fumez «iarbă» (marijuana). Heroină nu folosesc şi nici n-am de gând. Şi narcoman nu mă consider. Narcomani sunt alţii..." Asemenea logică este păcătoasă şi greşită. Sufletul unui asemenea om este tot în robia patimilor, numai că omul nu-şi dă seama

încă, din păcate. Psihicul și sănătatea suferă din greu, deși poate nu ca la cei dependenți de heroină. Voi mai spune că cei ce consumă marijuana, ecstasy și alte narcotice „ușoare" (cred ei) își așteaptă rândul la heroină. Este doar o problemă de timp.

La consult vine o familie...

Iată un exemplu de relații intrafamiliale de care întâlnim deseori în practică. La consult vine o familie: mama, tatăl și fiul lor de 22 de ani, care se droghează. „Vechimea" în consumul narcoticelor: doi ani. În timpul consultului a vorbit mai mult mama. Aceasta povestea cu multă emoție și insistență. Caracterizându-și fiul, nu era deloc selectivă în expresii (și asta în fața lui!). Tentativele acestuia de a intra în discuție erau curmate de ea în mod dur. „Stai jos și taci. Ce-ai mai putea tu să spui?!" – cam așa i se adresa.

Tatăl ședea în fotoliu indiferent, se uita periodic la ceas și arăta prin toată înfățișarea sa că, una peste alta, îi e totuna. Bineînțeles, din punctul lui de vedere ar fi fost bine ca fiul să se descurce fără droguri, dar în mod evident nu era interesat să facă o schimbare în propria viață de dragul lui. Nici problemele duhovnicești nu păreau să-l intereseze. A fost vorba să vină la consult toată familia, a venit și el – dar nu mai mult decât atât.

Pentru o vreme, am lăsat în mod deliberat să-mi scape inițiativa. Era important să observ familia în cauză, să-i las să se manifeste.

Lăsând deoparte o serie de amănunte ale întâlnirii noastre, mă voi opri asupra unui singur moment important. Când am rămas singur cu tânărul, acesta mi-a spus pe față: „Îți faci injecție și nu mai auzi nimic... Și mama nu mă mai poate «atinge»".

În cazul dat, comportamentul autoritar, sufocant al mamei, cu toată dorința ei de a-și ajuta fiul, n-a făcut altceva decât să-l afunde pe acesta și mai adânc în situația lui nenorocită. Iar tatăl... pur și simplu s-a înstrăinat din proprie inițiativă.

Greșeli și rătăciri tipice care apar în cursul recuperării

1. Lipsa unei lupte reale cu păcatul – din lenevie, nepăsare ș.a. Lipsa dorinței de schimbare în bine.
2. Nădăjduirea în sine: „O să mă descurc singur", „N-am nevoie de ajutor" ș.a.m.d.
3. Nerenunțarea la tovărășia „prietenilor" dependenți de droguri, deasa rămânere în mijlocul lor.
4. Dorința de a obține rezultate imediate (duhovnicești, clinice ș.a.) și dezamăgirea dacă aceasta nu se întâmplă.
5. Minciuna. Încercările de a părea mai bun decât în realitate. Tăinuirea consumului de narcotice.

6. Accentul pe mijloacele medicale de tratament, în condițiile în care asistența medicală are o mică pondere în ansamblul măsurilor de recuperare și se limitează doar la îndepărtarea sindromului de abstinență.
7. „Scopul scuză mijloacele“, altfel spus tratament cu orice preț. Sub această deviză, cei suferinzi de narcomanie devin prada diferiților ocultiști, sectari sau pur și simplu schimbă o patimă cu alta (curvia, lăcomia, jocurile de noroc ș.a.m.d.).

Din corespondența cu cititorii

„Stimate Dmitri Aleksandrovici!

Am citit cartea dumneavoastră «Din jurnalul unui psihiatru ortodox». Capitolul intitulat «Despre narcomanie și narcomani» mi-a insuflat nădejde și încredere că am apucat-o pe drumul bun, mântuind viața și sufletul fiului nostru. Amarul familiei noastre este la fel de mare și îndelung ca și necazul familiei despre care este vorba în cartea dumneavoastră.

Sunt deja patru ani de când fiul nostru este narcoman. Nu o dată s-a tratat și în centre de narcologie particulare, și la spitalul narcologic. Cea mai mare pauză în consumul de heroină a ținut 10 luni, după care i s-a născut o fetiță (este căsătorit). Fetița are acum opt luni.

Fiul nostru este din nou «pe ac». Căsătoria este în pragul destrămării. Domnul a făcut să mă în-

tâlnesc cu o femeie profund religioasă, care m-a sfătuit să cer ajutorul lui Dumnezeu.

După viața păcătoasă, pătimașă pe care am trăit-o, am revenit în Biserică, mă împărtășesc, mă rog pentru fiul meu, am luat binecuvântare de la părintele să postesc. Fiul a început să-și conștientizeze păcatul, varsă lacrimi de pocăință, dar deocamdată însănătoșirea duhovnicească merge foarte încet și cu poticniri. Eu însămi sunt de-abia la începutul căii duhovnicești, nu sunt tare în Credință și există multe lucruri pe care nu pot să i le lămuresc. Aș vrea să apelez la ajutorul unor medici și psihologi ortodocși în vederea întăririi fiului meu în Credință și în nădejdea în Domnul.

A.P."

Aceasta este doar una dintre numeroasele scrisori privitoare la narcomanie pe care le-am primit în ultimele luni. Ajutându-i pe cei ce suferă de narcomanie, am observat următorul aspect. Primii vin la consult părinții. Cu glasuri tremurătoare, cu lacrimi în ochi. În familie – amar: fiul sau fiica consumă droguri. „Ce-i de făcut? Cine poate să ne scape copiii?" – aceste întrebări sunt pur și simplu întipărite pe fețele și în inimile lor frânte de durere.

După scurte convorbiri, se clarifică de regulă faptul că viața duhovnicească a părinților s-a terminat după ce au primit Botezul, fără a fi apucat măcar să înceapă. Sau părinții nici nu sunt botezați. În mod corespunzător, și copiii lor au fost

educați într-o atmosferă lipsită de duhovnicie. Practic, nici unul dintre ei nu s-a gândit vreodată la faptul că păcătuiesc greu. De Dumnezeu, de Biserică și-au amintit doar când problema s-a pus clar și tranșant: ori viața, ori moartea grabnică.

În mare măsură sunt vinovați părinții, care nu și-au învățat copiii să viețuiască creștinește, nu s-au ocupat de educația lor, insuflându-le adevăratele valori – valorile duhovnicești. Rezultatul nu a întârziat să apară.

Să ne întoarcem însă la consult. Odrasla narcomană nu vine aproape niciodată împreună cu părinții de prima dată. „Încă nu este «copt»", spun ei.

Alții își conving părinții că se vor lăsa singuri de injecții, fără ajutorul nimănui – dar promisiunile lor rămân, din păcate, vorbe goale.

După clarificarea unei serii de amănunte indispensabile pentru recuperare și înainte să aibă loc întâlnirea cu preotul, recomand să se înceapă însănătoșirea duhovnicească a mediului din jurul narcomanului. Aceste sfaturi sunt date părinților, fiind cunoscute fiecărui ortodox. Care anume? A se face pocăință, a se deprinde cu rugăciunea, a posti, a merge la slujbe, a se cununa religios, a sfinți locuința. Într-un cuvânt, trebuie să li se spună că este nevoie să fie cu Dumnezeu, să se roage Lui, să se pocăiască de păcatele lor.

Îmi amintesc cuvintele unui tânăr: „Am venit aici (este vorba de un centru ortodox de recuperare – n. a.) ca să primim ajutor, și am dobândit o nouă concepție despre lume, am dobândit Ortodoxia".

Repet: boala narcomaniei este o boală ce ține de păcat. Ea nu poate fi biruită cu scalpelul chirurgului, cu raza laser sau cu tablete „tari".

Încă ceva: cu ajutorul lui Dumnezeu, narcomanul poate fi făcut destul de repede s-o termine cu drogurile, dacă vrea cu adevărat asta. Cel mai greu este să fie ținut în starea aceasta, să fie învinsă dependența cea pierzătoare. Memoria va păstra încă multă vreme în „magazia" sa „dulceața" păcatului, și poftele păcătoase de-abia așteaptă prilejul să întunece judecata. Însă Harul Dumnezeiesc va veni în ajutor, vindecând toată neputința și patima. Trebuie doar ca bolnavul să însetеze de acest Har, să nu uite de suflet, să nu părăsească Biserica lui Hristos.

Încă o mărturisire: „De trei ori m-am tratat în spital, dar nu mi-a ajutat, deși există spitale ca lumea și doctori foarte buni. Unul dintre ei mi-a zis: «Sunt deja șaisprezece ani de când mă chinuiesc cu problema asta, dar...» Faci ciclul de tratament medicamentos, care ține patruzeci de zile, pe urmă... pleci încotro vezi cu ochii.

Toți cunoscuții mei credeau că sunt terminat. Ultima dată când am zăcut în spital am văzut că mulți își fac injecții cu drog și acolo. Prin secție umblau din mână în mână două seringi, și cine vroia se folosea de ele. Vă imaginați câte boli venerice și câți infectați cu SIDA?! Am văzut cu ochii mei cum doi sanitari i-au răsucit mâinile unui băiat, zicând: «Scuză-ne, dar ai SIDA».

Am făcut cerere la șeful de secție, în care arătam că nu cred că este potrivit să mă tratez în asemenea condiții... Și iar am început să mă «înțep».

Acum sunt nouă luni de când stau departe de drog. Am înțeles că narcoticele sunt lucru drăcesc. Dacă omul înțelege că este neputincios, bolnav, dacă se pocăiește cu adevărat pentru asta, Domnul îl va auzi.

N.O."

Iată un alt exemplu, diametral opus.

Părinții unui tânăr care consuma narcotice l-au trimis la pescuit de crabi în Kamceatka. Condiții aspre: pe vas – disciplină de fier, narcotice – de unde? Greu de crezut, dar tânărul a rezistat fără heroină vreme de patru ani (perioada de timp prevăzută în contractul de angajare), a câștigat bani buni, s-a întors acasă și... a dublat doza de narcotice față de cea de dinainte.

Părinții și cunoscuții erau literalmente în stare de șoc. Li se păruse că problema drogurilor e ștearsă de pe ordinea de zi – și deodată așa ceva! După părerea mea, asta s-a întâmplat pentru că tânărul în cauză n-a schimbat nimic în sufletul său ca să dezrădăcineze boala. Pur și simplu a așteptat cu răbdare terminarea contractului și totul s-a întors în făgașul de mai înainte.

Despre ajutorul trimis de Dumnezeu narcomanilor care s-au pocăit

„Am «stat» pe heroină un an și jumătate. A fost cea mai cruntă perioadă din viața mea. Am pierdut tot: părinți, prieteni, omul iubit... Și, principalul, m-am pierdut pe mine însămi, mi-am pierdut SUFLETUL!

Nu-mi trebuia nimic. Toată energia mea se îndrepta spre căutarea dozei următoare. Îmi înșelam părinții, oamenii apropiați. Era un coșmar. Nu mi-a rămas decât să aștept sfârșitul tuturor acestor chinuri. Narcoticele m-au terminat, mi-au pierdut sufletul.

Cu ajutorul lui Dumnezeu, acum trăiesc fără narcotice. Asta nu este altceva decât o minune. Doar Domnul poate să ne izbăvească din acest adânc!

Sunt fericită și recunoscătoare Domnului pentru izbăvirea mea.

S., 22 de ani"

„La 19 ani m-am «așezat» pe ac. Îmi băgam psihostimulante, în principal efedrină. În Dumnezeu nu credeam. Timp de doi ani am încercat să mă las prin propriile eforturi, dar toate tentativele au fost nereușite. Mai mult de patruzeci de zile nu rezistam. Pe atunci, narcomania era privită ca delict. Am înțeles că mă așteaptă ori închisoarea, ori LTP-ul[9]. Apropiații mei nu știau că mă «înțep». De soț m-am despărțit. Aveam în grijă un copil mic...

[9] LTP (Lecebno-Trudovoi Profilaktorii) – Profilactoriu de Terapie și Muncă (n. tr.).

După ce am trecut prin moarte clinică, am înțeles că există Dumnezeu și mi-am dat seama că nu mă voi putea lăsa de droguri fără ajutorul Lui. La scurtă vreme după aceea, nu îmi aduc aminte cum, am vrut să intru în biserică. Făcând asta, m-am apropiat de o icoană care parcă m-a tras la ea (aveam să aflu mai târziu că este icoana Maicii Domnului «Feodorovskaia»). Am început s-o rog pe Născătoarea de Dumnezeu să mă izbăvească, să mă vindece de patima narcoticelor, zicând așa: «Maica Domnului, și tu ești Mamă: dacă nu pentru mine, pentru Copilul Tău ajută-mi!» Eram îmbrăcată groaznic, machiată strident. Oamenii se uitau la mine pieziș, dar nimeni nu mi-a zis nimic. M-am rugat pentru prima dată în viață, îmi curgeau lacrimile șiroaie. Nu mai voiam să plec din biserică.

Au trecut câteva luni, dar tot nu m-am lăsat de păcat. Iată însă ce mi s-a întâmplat. Stăteam pe peron, așteptam trenul electric, când în cap mi-a răsunat un glas: «Ce faci? Semeni cu oamenii care plutesc pe apă curată, dar beau necurății». Am început să mă dezvinovățesc în gând: «Nu pot să mă las, n-am putere» – și aud răspunsul: «Poți. Ai putere». Și am simțit că într-adevăr pot.

M., 29 de ani"

Această fată n-a mai consumat niciodată droguri, a devenit creștină, s-a îmbisericit și actualmente se străduiește să-i ajute cu ce poate pe oamenii care vor să scape de acest păcat.

Am în mână scrisoarea unui om care a consumat droguri, cu pauze, aproximativ 11 ani, a exe-

cutat de două ori pedepse privative de libertate în colonii de muncă, şi-a pierdut familia, serviciul. Şi iată că acest om a venit la credinţă, L-a dobândit pe Dumnezeu.

El scrie că deja merge regulat la biserică, a început să facă pocăinţă pentru păcate, însă narcoticele l-au „ţinut de gât", deşi micşorase simţitor dozele. Lupta cu narcoticele a fost foarte anevoioasă, dar Domnul a făcut minunea vindecării. Iată cum s-a întâmplat.

„Noaptea aceea este pentru mine de neuitat, ca început al izbăvirii mele. Cea mai mare parte din noapte m-am rugat cu lacrimi ca Domnul să mă miluiască. Şi într-o clipă am simţit că sunt liber de droguri... ei bine, ceea ce a fost cu mine după aceea din punct de vedere fizic, Dumneavoastră, ca medic, ştiţi, în schimb duhovniceşte... mi se pare că e cu neputinţă de povestit bucuria pe care am trăit-o: ea poate fi numai trăită".

Acum, autorul acestei scrisori munceşte pe lângă biserică şi mulţumeşte Domnului pentru marea milă pe care i-a arătat-o.

Mijlocirea cerească

Dacă tot am vorbit despre boala beţiei, în tradiţia creştină se obişnuieşte ca, pentru izbăvirea de patima beţiei (iar acum şi de a narcoticelor), oamenii să se roage Mucenicului Bonifatie, Cuviosului Moise Arapul, Sfântului Ioan din Kronstadt, Ierarhului Bonifatie cel Milostiv.

Rugăciune către sfântul înger păzitor

Îngerul lui Hristos, păzitorul meu cel sfânt și acoperitorul sufletului și al trupului meu, iartă-mi toate câte am greșit în ziua de astăzi și de toată viclenia vrăjmașului meu celui potrivnic mă izbăvește, ca să nu mânii cu nici un păcat pe Dumnezeul meu, și te roagă pentru mine, păcătosul și nevrednicul rob, ca să mă arăți vrednic bunătății și milei Preasfintei Treimi și Maicii Domnului meu Iisus Hristos și tuturor Sfinților. Amin.

Rugăciune către Sfântul Mucenic Trifon

O, Sfinte Mucenice Trifone, grabnic ajutătorule al tuturor celor ce la tine aleargă și se roagă înaintea sfintei tale icoane, degrabă ascultătorule și mijlocitorule!

Auzi-ne și acum în tot ceasul rugăciunea noastră, a nevrednicilor robilor tăi, care cinstim sfântă pomenirea ta: că tu, bineplăcutule al lui Hristos, însuți ai făgăduit mai înainte de ieșirea ta din viața aceasta stricăcioasă că te vei ruga Domnului pentru noi și ai cerut de la Dânsul darul acesta: dacă cineva, în oricare nevoie și întristare a sa, va prinde a chema sfânt numele tău, acela izbăvit va fi de toată năvălirea celui rău. Și precum oarecând pe fiica împăratului de la Roma, care de diavol se chinuia, o ai vindecat, așijderea și pe noi păzește-ne de cursele lui cumplite în toate zilele vieții noastre și mai vârtos în ziua cea înfricoșată a suflării noastre celei de pe urmă mijlocește pentru noi, când întunecatele

chipuri ale viclenilor draci ne vor împresura și vor începe să ne înfricoșeze.

Fii nouă atunci ajutător și grabnic izgonitor al viclenilor draci și la Împărăția Cerurilor călăuzitor, unde acum stai cu ceata sfinților înaintea Scaunului lui Dumnezeu; roagă pe Domnul să ne învrednicească și pe noi a fi părtași ai veseliei și bucuriei celei de-a pururea fiitoare, ca dimpreună cu tine să ne învrednicim a slăvi pe Tatăl și pe Fiul și pe Sfântul Duh, Mângâietorul, în veci. Amin.

Rugăciune către Sfântul Mucenic Bonifatie

O, mult pătimitorule și întru tot lăudate Mucenice Bonifatie! La acoperământul tău alergăm acum: rugăciunile noastre, celor ce te lăudăm, nu le lepăda, ci cu milostivire auzi-ne. Vezi pe frații și pe surorile noastre care de greaua neputință a beției sunt ținuți și pentru aceasta cad de la Maica lor, Biserica lui Hristos, și de la mântuirea veșnică.

O, sfinte Mucenice Bonifatie! Atinge-te de inima lor cu harul cel dat ție de la Dumnezeu, degrabă scoală-i din căderile păcătoase și la mântuitoarea înfrânare adu-i pe ei. Roagă pe Domnul Dumnezeu, pentru Care ai pătimit, ca iertându-ne nouă greșalele noastre să nu întoarcă mila Sa de la fiii Săi, ci să întărească întru noi trezvia și întreaga înțelepciune, să ajute cu dreapta Sa celor ce au făcut mântuitorul legământ al trezviei ca să-l păzească ziua și noaptea până întru sfârșit, întru El priveghind, și întru El să dea răspuns bun la Judecata cea Înfricoșată.

Primește, bineplăcutule al lui Dumnezeu, rugăciunile mamelor ce varsă lacrimi pentru copiii lor, ale femeilor cinstite care se tânguiesc pentru soții lor, ale copiilor orfani și sărmani părăsiți de către bețivi, ale noastre, tuturor ce la icoana ta cădem, și să ajungă această plângere a noastră la Scaunul Celui Preaînalt ca tuturor cu ale tale rugăciuni să ne dăruiască sănătatea și mântuirea sufletelor și trupurilor, iar mai vârtos Împărăția Cerurilor. Acoperă-ne și ne păzește de vânarea celui viclean și de toate cursele vrăjmașului; în ceasul ieșirii noastre ajută-ne să trecem fără împiedicare prin vămile văzduhului și cu rugăciunile tale ne izbăvește de osânda cea veșnică.

Deci roagă pe Domnul să ne dăruiască dragoste nefățarnică și neclintită de Patria Cerească înaintea vrăjmașilor văzuți și nevăzuți ai Sfintei Sale Biserici, ca să ne acopere mila lui Dumnezeu în nesfârșiții veci ai vecilor. Amin.

Rugăciune către Cuviosul Moise Arapul pentru vindecarea de patima băuturii

Mare este puterea pocăinței! Nemăsurată este puterea lui Dumnezeu! Tu, Cuvioase Moise, dintâi ai fost tâlhar, însă apoi te-ai îngrozit de păcatele tale, ai dobândit frângere de inimă pentru ele și întru pocăință ai intrat în cinul monahicesc, și astfel, întru mare plângere pentru fărădelegile tale de mai înainte și întru ostenicioasele nevoințe ale postirii și rugăciunii ai petrecut zilele tale până la sfârșit, și te-ai învrednicit prin harul lui Hristos de iertare și de darul facerii de minuni.

O, Cuvioase, care de la păcate grele ai ajuns la fapte bune preaminunate! Ajută și robilor lui Dumnezeu (numele) care sunt trași la pierzare, prin vătămarea sufletului nemuritor și a trupului, care este biserică a Duhului Sfânt, de întrebuințarea fără de măsură a băuturii, dar care se roagă ție. Pleacă spre dânșii privirea ta cea milostivă și nu îi trece cu vederea, ci ia aminte la dânșii, care la tine aleargă.

Roagă, Sfinte Moise, pe Stăpânul Hristos, ca El, Cel Milostiv, să nu îi lepede pe dânșii, neputincioșii și nefericiții, pe care a pus stăpânire patima băuturii, și să nu se bucure diavolul de pierzarea lor, fiindcă toți, ca zidiri ale lui Dumnezeu, am fost răscumpărați prin Preacuratul Sânge al Fiului Lui. Auzi deci, Cuvioase Moise, rugăciunea lor și a noastră. Gonește de la dânșii pe diavolul, dăruiește-le putere să-și biruie patima, adu-i pe calea binelui, slobozește-i din robia beției, izbăvește-i din pierzarea băutului fără măsură, ca înnoindu-se întru trezvie duhovnicească și întru minte luminată să îndrăgească toată înfrânarea și buna credință și veșnic să proslăvească pe Dumnezeu Cel Atotbun, Care pururea mântuiește zidirea Sa, Căruia se cuvine slava, cinstea și închinăciunea în vecii vecilor. Amin.

Rugăciune

Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, îngrădește-mă cu sfinții Tăi îngeri, cu rugăciunile Atotpreacuratei Stăpânei noastre de Dumne-

zeu Născătoarea și Pururea Fecioara Maria, cu puterea Cinstitei și de viață Făcătoarei Cruci, a sfântului mai mare voievod al lui Dumnezeu, Mihail, și a tuturor celorlalte Cerești și netrupești puteri, ale sfântului proroc, Înainte-Mergător și Botezător al Domnului, Ioan, ale sfântului apostol și evanghelist Ioan Cuvântătorul de Dumnezeu, a sfințitului mucenic Ciprian și ale sfintei mucenițe Iustina, a sfinților ierarhi Nicolae, arhiepiscopul Mirelor Lichiei, făcătorul de minuni, Leon, episcopul Cataniei, Nichita al Novgorodului, Ioasaf al Belgorodului, Mitrofan al Voronejului, a cuvioșilor Zosima și Savatie de la Solovăț, Serafim din Sarov, făcătorul de minuni, a sfintelor mucenice Elpis, Pistis și Agapi și maicii lor Sofia, a sfântului mucenic Trifon, a sfinților și drepților dumnezeiești părinți Ioachim și Ana și a tuturor sfinților Tăi: ajută-mi mie, nevrednicului robului Tău (numele), izbăvește-mă de toate bântuirile vrăjmașului, de tot răul, vrăjitoria, farmecul și de oamenii cei vicleni, ca să nu-mi poată pricinui vreun rău. Doamne, cu lumina strălucirii Tale păzește-mă dimineața, și la amiazăzi, și seara, și când merg spre somn, și cu puterea harului Tău abate și depărtează toată reaua păgânătate, care din insuflarea diavolului se lucrează. Întoarce iarăși întru cele mai dedesubt tot răul care se unelteşte și se lucrează, că a Ta este împărăția, și puterea, și slava, a Tatălui și a Fiului și a Sfântului Duh. Amin.

A zis din nou: „mamă"

Exemplu de ajutor haric al Sfântului Ioan Rusul (din cartea „Noi minuni ale Sfântului Ioan Rusul", alcătuită de protoiereul Ioan Vernezos, Grecia, 1997)

„În iunie 1976, într-un sătuc de munte din apropierea orașului Arta (Grecia) au venit trei din cei patru adolescenți care învățau la gimnaziul din oraș. Lipsea doar Athanasios, fiul Dimitrei P. Singurul copil al mamei sale, acesta își pierduse de timpuriu tatăl în urma unei boli de ficat. Cu toată sărăcia sa, mama a vrut ca fiul ei să învețe carte. L-a trimis la Arta. Acolo el a absolvit gimnaziul, pe urmă și liceul. Aflând că fiul ei n-a venit în sat, mama a dat fuga la colegul lui, Gh. Ghiuzelis, să afle ce s-a întâmplat. Gheorghios i-a povestit tot adevărul. Din luna martie, Athanasios încetase practic să mai învețe, nimerind într-un anturaj de proastă calitate; renunțase la cameră și dispăruse nu se știe unde. «Pricepe, tușă Dimitra, cu el se întâmplă ceva necurat».

Mama s-a înspăimântat. Nici nu putea să plângă de atâta amărăciune. Pentru ce strânsese cureaua în toate privințele, pentru ce răbdase atâtea lipsuri? În cele din urmă, s-a hotărât să plece la Arta. De la vecinii locuinței pe care o închiriase pentru fiul ei a aflat toate amănuntele. Dar unde să meargă, unde să-și caute fiul? După întoarcerea în sat, mama s-a rugat zi și noapte, cerând ajutorul lui Dumnezeu.

Și iată că după patru zile fiul i s-a întors acasă – neîngrijit la înfățișare, cu privirea înrăită. Nu l-a mai recunoscut. În ce se prefăcuse?! În loc de «bună ziua» a auzit atât: «Hei, știu că ai bani. Dă-i încoace, că mă grăbesc». Mama a încercat să spună ceva, dar a primit o lovitură în spate. Luând banii, fiul a dispărut. După ce cheltuia ceea ce lua, venea din nou. Își bătea mama, lua banii și dispărea. Opt ani a continuat această dramă. Mama s-a transformat într-un schelet ambulant. Se întreba: «Oare va pleca fiul ei până la urmă din banda de narcomani sau va fi aruncat în închisoare? Dar dacă va muri?»

În deznădejdea sa, nefericita a primit de la o vecină următorul sfat: «Mergi la moaștele Sfântului Ioan din insula Evvia (Eubeea). Este făcător de minuni. Roagă-l: el o să audă durerea ta, o să te ajute în întristarea ta».

A mers. S-a făcut slujbă înaintea moaștelor, după care biata femeie a strigat: «Dă-mi înapoi fiul, Sfinte Ioane! Găsește-l, luminează-i mintea! Să-mi spună, ca înainte, *mamă*».

În ziua următoare am săvârșit Liturghia, pomenind numele fiului ei rătăcit, și mama a plecat. În sat a găsit casa descuiată: fiul o aștepta.

Primele cuvinte pe care i le-a spus acesta au fost: «Mamă, m-am întors, tu ai vrut asta. Îmi pare rău pentru ce-am făcut. Acum o să trăiesc în această casă – casa tatălui meu. Doar ieri am înțeles că m-am purtat ca un criminal față de tine și față de mine însumi».

Mama n-a fost în stare să-și țină lacrimile. Doar seara a putut să zică: «Bine ai venit, copilul meu. Mâine dimineață merg să-i mulțumesc celui care te-a găsit și te-a adus acasă».

După două zile am văzut-o din nou în biserică pe femeie. Am crezut că nici n-a ajuns acasă – dar nu, ajunsese și își aflase fiul, care i-a zis din nou «mamă»".

În ajutorul medicului și psihologului ortodox

Program de recuperare duhovnicească și medico-psihologică a celor suferinzi de narcomanie

Acest program este religios-moral și a fost conceput pentru cei de confesiune ortodoxă sau care năzuiesc să cunoască Adevărul sfintei Ortodoxii și să-și învingă boala păcătoasă cu ajutorul lui Dumnezeu.

Scopurile și sarcinile programului

Acordarea de asistență duhovnicească și medico-psihologică celor suferinzi de boala narcomaniei. Bazele programului sunt duhovnicia Ortodoxă, precum și raportarea la consumul de droguri ca la un păcat greu, în condițiile unei atitudini evlavioase, care vede în sufletul suferindului chipul lui Dumnezeu.

Scopul fundamental al terapiei narcodependenței nu este numai eliminarea dependenței de narcotice, ci și conlucrarea la renașterea morală, duhovnicească a suferindului.

Sarcini fundamentale

1. Eliminarea dependenței fizice de narcotice.
2. Rezolvarea problemei dependenței psihice de narcotice pe calea rezolvării prealabile a celor de profunzime, ce țin de personalitate, de concepția despre lume și de problemele morale.
3. Profilaxia narcomaniei.

Programul este orientat spre:
- izbăvirea de boala narcomaniei;
- renașterea morală a personalității;
- reintegrarea în familie, în societate.

Conținutul programului

Majoritatea autorilor (atât savanți narcologi, cât și medici practicieni) disting trei etape consecutive în tratamentul narcomaniei, și anume:
a) etapa dezintoxicării și a fortificării generale;
b) etapa acțiunii orientate asupra personalității;
c) etapa terapiei de susținere.

Prima etapă a tratamentului – **etapa terapiei de dezintoxicare și de fortifiere generală** – include prescrierea de substanțe medicamentoa-

se în doze terapeutice, cum ar fi: tranchilizante, neuroleptice, preparate detoxifiante, vitamine, medicaţie simptomatică (analgetice ş.a.). Dacă este cazul, se poate efectua piroterapie, hemosorbţie. În fazele ulterioare se prescrie fizioterapie. Acţiunea medicamentoasă este însoţită de psihoterapie raţională (explicativă). Etapa terapiei medicamentoase trebuie să fie realizată în condiţii spitaliceşti (mai rar în ambulatoriu) de specialişti psihiatri-narcologi.

Etapa acţiunii orientate asupra personalităţii narcomanului este alcătuită din: psihoterapia tulburărilor de graniţă: anxietatea, depresia, irascibilitatea, tensiunea interioară, insomnia ş.a.; însoţirea psihoterapeutică a remisiunii; psihoterapia de familie; analiza circumstanţelor care pot provoca recăderea şi căutarea în comun a căilor de învingere a acesteia; scoaterea la lumină a trăsăturilor pozitive ale personalităţii celui ce suferă de narcomanie şi sprijinirea pe ele în cursul procesului recuperator; diagnosticarea psihologică şi elaborarea unui complex de recomandări potrivite cu tipul psihologic de personalitate al suferindului.

Una dintre cele mai importante sarcini ale psihoterapiei ortodoxe este ajutarea omului (pacientului) să conştientizeze mecanismele psihologice pătimaşe ale bolii ori situaţiei conflictuale; formarea la cei ce suferă de narcomanie a unei atitudini care priveşte narcomania ca pe o boală ce ţine de păcat; examinarea problemelor privitoare la sensul vieţii, la conceptele de „păcat“ şi „patimă“, convorbiri despre virtuţile creştineşti; pregăti-

rea duhovnicesc-psihologică pentru Taina Spovedaniei; conlucrarea la îmbisericirea bolnavului.

Îndrumarea pastorală

- convorbiri pastorale și predici;
- studierea în grup a Sfintei Scripturi;
- participarea la viața bisericească și la Tainele Bisericii;
- viața liturgică, slujbe, pelerinaje;
- recuperarea duhovnicească și îmbisericirea în condiții mănăstirești (bolnavul să facă ascultare două-trei luni într-o mănăstire).

Etapa terapiei de susținere și a asistenței duhovnicesc-psihologice se realizează sub forma pastorației sufletești, a observării medicale și psihologice dinamice.

Activitatea profilactică

- conferințe în diverse medii: școlar, studențesc, militar etc.;
- publicarea de articole, broșuri, cărți care elucidează problema narcomaniei și a esenței ei duhovnicești;
- apariții cu același scop la radio și la televiziune;
- pregătirea de materiale audio și video în scopul difuzării lor în masele largi ale populației.

Despre păcatul fumatului

Sfinții Părinți, despre fumat

„Omul a pervertit plăcerile simțurilor. Pentru miros și gust a descoperit și trage în piept aproape tot timpul un fum acru și puturos, «tămâindu-l» astfel mereu pe diavol, cu acest fum strică aerul din locuința sa și din afara ei, și mai întâi de toate se îmbibă cu această putoare el însuși: fumul înghițit mereu acționează nu doar asupra sănătății fizice, ci și asupra subțirimii simțirii inimii, împărtășindu-i caracterul trupesc, grosolănia, împătimirea simțurilor".

Sfântul Ioan din Kronstadt

„Tutunul slăbănogește sufletul, înmulțește și întărește patimile, întunecă rațiunea și distruge sănătatea, pricinuind o moarte înceată. Mânia și întristarea sunt urmările îmbolnăvirii sufletului prin fumat".

Cuviosul Ambrozie de la Optina

În anul 1905, Sfântul Siluan Athonitul a petrecut câteva luni în Rusia, mergând deseori pe la mănăstiri. Odată, călătorind în tren, s-a așezat lângă un negustor, care cu un gest prietenesc și-a deschis în fața lui portțigaretul de argint, îmbiindu-l cu o țigară.

Părintele Siluan a mulțumit pentru propunere, însă a refuzat să ia țigara. Negustorul a zis: „Părinte, nu cumva refuzați deoarece credeți că e păcat? Dar fumatul ajută adeseori în viața activă; e bine să mai înlături încordarea muncii și să te odihnești câteva clipe. Când fumezi, este mai ușor să porți o discuție de afaceri sau prietenească. Și, în general, după felul cum merg lucrurile în viață..." În continuare, încercând să-l convingă pe părintele Siluan să ia o țigară, a vorbit cu însuflețire în apărarea fumatului.

Atunci părintele Siluan i-a zis: „Domnule, înainte de a vă aprinde țigara, rugați-vă puțin: spuneți doar *Tatăl nostru*". Negustorul a răspuns: „Păi, nu prea merge să te rogi înainte de fumat". Părintele Siluan a încheiat: „Deci, orice lucru înainte de care nu merge rugăciunea netulburată, mai bine să nu-l facem".

Din istoria răspândirii acestui păcat

...Când în ziua de 12 octombrie a anului 1492 Columb a coborât pe țărmul insulei San Salvador, el și însoțitorii săi au rămas uimiți de o priveliște nemaivăzută: locuitorii cu piele roșie ai insulei

scoteau fum pe gură și pe nas!... De fapt, indienii țineau o sărbătoare religioasă, la care fumau o anume iarbă (frunza ei uscată și răsucită – rudă a țigării de astăzi – se numea la ei „tabaco", de unde și actuala denumire) până ce își pierdeau cu totul judecata; în starea aceasta intrau în comunicare cu demonii și după aceea povesteau că le vorbește „Marele Spirit".

După ce marinarii noștri au ajuns în patrie, cei ce șopteau în urechile indienilor le-au șoptit și lor să facă cunoștință publicului european cu noua „plăcere".

Și iată că în toată Europa și chiar în Asia a început, cu „binevoitoarea asistență" și tainica insuflare a dracilor, o adevărată febră a fumatului. Nimic din măsurile luate de cârmuire și de cler pentru curmarea acestui rău n-a putut să ajute!

Episcopul Varnava (Beliaev): despre daunele aduse de fumat sănătății

Despre nocivitatea fumatului s-a vorbit și s-a scris mult. Ca medic, voi aminti doar că tutunul conține în jurul a treizeci de substanțe vătămătoare pentru sănătate. Cea mai periculoasă dintre acestea este considerată alcaloidul numit nicotină. În rândul fumătorilor sunt deosebit de răspândite afecțiunile bronhopulmonare. Cea mai cumplită urmare a fumatului este, de altfel, cancerul de plămâni. Fumul de tutun conține sub-

stanțe cancerigene, cum ar fi benzopirenul și derivații săi.

Fumători sunt mulți. Printre ei găsim reprezentate toate categoriile de vârstă, de la copii până la bătrâni. Fumează băieți și fete, fumează femei, fumează chiar și unele gravide...

Potrivit unui studiu, în Moscova vârsta începerii fumatului a coborât până la 10 ani la băieți și 12 ani la fete. Dureroasă realitate...

Trebuie spus că asupra organismului copilului fumatul are o acțiune deosebit de nocivă. Pe lângă toate celelalte, la adolescentul fumător se formează un complex de devieri neuropsihice. Sunt afectate atenția, memoria, somnul, dispoziția suferă salturi bruște.

La fumători se dezvoltă sindromul nicotinic. Este vorba de aceeași dependență ca la alcool și la narcotice, doar că mai puțin dăunătoare pentru sănătate. Deși, la drept vorbind, riscul cancerului pulmonar nu prea justifică anumite păreri conform cărora această patimă este inofensivă.

Trebuie amintit și faptul că, potrivit noii clasificări a bolilor, intrate în vigoare în anul 1999, dependența de tutun a fost recunoscută oficial ca boală. Iar noi adăugăm – care ține de păcat, fiindcă fumatul este un fel de satisfacere a poftelor, un fel de a dobândi plăcere bolnăvicioasă. Bine a zis cine a zis că a fuma înseamnă a tămâia pe draci.

Cum se poate scăpa de fumat

Este neapărată nevoie ca omul să vrea din răsputeri să scape de acest nărav păcătos, ce duce la pierzare. Trebuie să se pocăiască de acest păcat și să se spovedească cu frângere de inimă.

Cereți și se va da vouă, căutați și veți afla, bateți și se va deschide vouă, că tot cel ce cere primește (Mt. 7, 7), ne spune Domnul.

„Dar pentru a cere cu atâta tărie și sinceritate izbăvirea de necazul sufletesc, de năravurile și împătimirile pierzătoare, este neapărată nevoie să le vedem în noi, să cugetăm și să ne dăm seama de toată vătămarea pe care o aduc și de toată greutatea păcatului de a urma lor. Numai atunci vor fi sincere dorința și rugăciunea; în plus, propria silință este o condiție indispensabilă a primirii ajutorului de la Dumnezeu.

Domnul ajută doar pe cei ce caută din răsputeri ajutorul Lui și nu se lasă de bunăvoie pradă patimilor. Rea este nădăjduirea în sine, nechibzuită și nefolositoare; dar și a nădăjdui că Dumnezeu te va ajuta dacă rămâi de bunăvoie în păcat și cedezi cu bună știință deprinderilor păcătoase este un lucru jignitor pentru Domnul."

(din cartea „Păcatul fumatului")

„Alexei Stepanovici Maiorov, locuitor al Sankt-Petersburgului, se împătimise foarte tare de fumat, și simțea că acesta îi vatămă sănătatea. Când sfaturile prietenilor lui petersburghezi au rămas

lipsite de rezultat, s-a adresat în scris Bătrânului Ambrozie de la Optina, cerându-i sfatul în vederea renunțării la această patimă. Ca răspuns la cerere, Bătrânul i-a trimis lui Maiorov o scrisoare, datată 12 octombrie 1888, în care îi spunea următoarele: «Scrieți că nu puteți să vă lăsați de fumat. Ceea ce este cu neputință la om, este cu putință cu ajutorul lui Dumnezeu; trebuie doar să luați hotărârea neclintită de a vă lăsa, dându-vă seama de vătămarea pe care fumatul o aduce sufletului și trupului, întrucât slăbănogește sufletul, înmulțește și întărește patimile, întunecă rațiunea și distruge sănătatea, pricinuind o moarte înceată. Mânia și întristarea sunt urmările îmbolnăvirii sufletului prin fumat.

Vă sfătuiesc ca împotriva acestei patimi să folosiți o doctorie duhovnicească: spovediți-vă amănunțit toate păcatele pe care le-ați săvârșit în toată viața dumneavoastră, începând de la șapte ani, și împărtășiți-vă cu Sfintele Taine, și citiți zilnic, stând în picioare, câte un capitol sau mai multe din Evanghelie; iar când va năvăli mâhnirea, citiți din nou, până ce va trece; iarăși va năvăli – iarăși citiți din Evanghelie. Sau, în loc de asta, faceți când sunteți singur câte 33 de metanii mari, întru pomenirea vieții pământești a Mântuitorului și a Sfintei Treimi».

Primind scrisoarea, Alexei Stepanovici a citit-o, după care a vrut să fumeze o țigară (după cum arăta chiar el într-o însemnare scrisă cu propria mână) –, dar a simțit deodată o durere de cap puternică, precum și silă față de fumul de tu-

tun, așa că noaptea aceea n-a mai fumat. În ziua următoare și-a aprins țigară de patru ori – mașinal, din obișnuință –, dar nu putea să înghită fumul din pricina puternicei dureri de cap. Și astfel s-a lăsat de fumat cu ușurință – asta în timp ce doi ani încercase să se lase de fumat fără s-o poată face și cu toate că, deși se îmbolnăvise, fuma câte 75 de țigări pe zi. «Iată că, tocmai când începusem să simt că sunt bolnav și să îmi recunosc neputința de a dezrădăcina această patimă, m-am adresat», scrie Maiorov, «la sfatul unor oameni buni, Bătrânului Ambrozie, cu pocăință sinceră, cerându-i să se roage pentru mine. După aceea, când am mers la el ca să îi mulțumesc mai bine, s-a atins cu toiagul de capul meu, și de atunci nu mai simt nici o durere în cap».“

(Din colecția de scrisori a Bătrânului Ambrozie. Serghiev Posad, 1908)

Troparul Cuviosului Ambrozie de la Optina, glas 5

Ca la un izvor de tămăduiri alergăm la tine, Ambrozie, părintele nostru, că tu în calea mântuirii fără de rătăcire călăuzești, cu ale tale rugăciuni de nevoi și de necazuri ne păzești, în bolile trupești și sufletești ne mângâi, iar mai vârtos la smerenie, răbdare și dragoste ne înveți. Roagă pe Iubitorul de oameni Hristos și pe Apărătoarea cea osârdnică să se mântuiască sufletele noastre.

Condac, glas 2

Legământul Mai-marelui păstorilor plinind, harul stăreției ai moștenit, frângându-ți inima pentru toți cei ce cu credință alergau la tine. Pentru aceasta, și noi, copiii tăi, cu dragoste strigăm ție: Părinte sfinte Ambrozie, roagă pe Hristos Dumnezeu să se mântuiască sufletele noastre.

***

Ca recomandări psihologice, pot fi utile următoarele:

1. Obiceiurile noastre nocive sunt legate în mare măsură de nervozitate, de anxietate, de suprasolicitarea psihoemoțională. Nu uitați acest lucru.
2. Străduiți-vă să fumați cât mai puține țigări, să țineți socoteala zilnică a tuturor țigărilor fumate, ca în fiecare zi să încercați să fumați mai puțin decât în ziua precedentă.
3. Stabiliți care au fost cele mai „importante" țigări ale zilei, analizați motivele psihologice și situaționale pentru care le-ați fumat. Încercați să opuneți stressurilor ceva mai puțin nociv.
4. În fiecare dimineață străduiți-vă să amânați cât mai mult momentul fumării primei țigări.
5. Dacă vi s-a făcut poftă de fumat, nu scoateți imediat țigara din pachet, n-o atingeți timp de câteva minute. În acest răstimp, ocupați-vă mâinile, faceți câteva exerciții fizice, respirați mai adânc.

6. Nu fumați pe stomacul gol.
7. Din timp în timp faceți întreruperi („Nu fumez până luni", „Nu fumez până la sfârșitul lunii").
8. Dacă v-ați lăsat de fumat cu totul, amintiți-vă că o vreme (două-trei săptămâni) poate apărea un disconfort de tipul sindromului de abstinență, întrucât organismul a fost lipsit de o substanță care a penetrat în profunzimea proceselor metabolice.

Trecerea peste „sindromul de abstinență" din primele zile sau săptămâni de la încetarea fumatului este ușurată de tranchilizante ușoare, cum ar fi extractul de valeriană, ceaiurile sedative ș.a.

Se poate recomanda clătirea gurii cu soluție de bicarbonat de sodiu (o linguriță de ceai la o jumătate de cană de apă), cu soluție diluată de permanganat de potasiu sau cu ceai de mușețel. În primele șapte-zece zile de la abandonarea fumatului, clătirea trebuie făcută la fiecare trei-patru ore.

În biografia cunoscutului scriitor ortodox S. A. Nilus există o relatare despre vindecarea soției lui de o boală gravă și despre altă minune legată de acest fapt – izbăvirea lui de obiceiul păcătos, pe care îl avea de mulți ani, al fumatului.

„...7 iulie 1909. În noaptea asta am avut un acces serios de tuse sufocantă. Așa-mi trebuie! Totul mi se trage de la fumat, de care nu pot să mă las. Fumez din clasa a treia de gimnaziu și acum sunt atât de îmbibat cu nicotină, încât aceasta mi-a intrat, probabil, în sânge. Este nevoie de o

minune ca să mă smulgă din ghearele acestui viciu, fiindcă voința proprie nu ajunge. Am încercat să mă las de fumat, n-am fumat câte două zile, dar rezultatul a fost că m-a apucat o asemenea tristețe și înrăire, încât acest nou păcat a devenit mai rău decât cel dintâi. Părintele Varsanufie[10] mi-a interzis chiar să mai fac asemenea tentative, limitându-mi porția zilnică de fumat la cincisprezece țigări. Înainte vreme fumam fără să țin socoteala..."

Acest text face parte din primul volum al cărții „Pe malul râului lui Dumnezeu", p. 230. Acum urmează rânduri de manuscris: „«O să vină și ceasul», a zis părintele Varsanufie, «să terminați cu fumatul». Și părintele Iosif[11] mi-a spus cu privire tot la fumat, de care nu mă puteam lăsa nicicum: «Nădăjduiește, nu dispera; la vremea potrivită va da Dumnezeu și te vei lăsa». Și, după cuvântul celor doi Bătrâni, această minune s-a săvârșit asupra mea. Iată cum s-a întâmplat.

Trăiam cu soția mea dată de Dumnezeu ca un singur trup, în deplinul înțeles al cuvântului Scripturii. Mare este această milă a lui Dumnezeu, dăruită nouă de Sus după adânca și neclintita noastră credință în taina cununiei, de care la vremea ei ne-am apropiat amândoi cu frică și cu cutremur. Și iată că în iunie 1910 soția mea s-a îmbolnăvit de o boală ciudată, pe care nici felcerul de la Optina, nici doctorul pe care l-am chemat n-au putut să o definească: dimineața era practic sănătoasă, iar seara – până la 40 de grade

[10] Sfântul Varsanufie de la Optina (n. tr.).
[11] Sfântul Iosif de la Optina (n. tr.).

temperatură. Și așa o săptămână, două, trei la rând! Văd cum se topește sub ochii mei bucuria mea ca o lumânărică de ceară, văd cum de-abia mai pâlpâie și-i gata-gata să se stingă. Și de mare, nemăsurat de mare mâhnire și necaz s-a umplut atunci inima mea săracă, și am căzut la pământ înaintea icoanei Maicii Domnului Odighitria Smolenskaia din colțul cabinetului meu, și am plâns înaintea Ei cu groază și cu întristare, și i-am grăit: «Măicuță, Împărăteasa mea, Preabinecuvântată Născătoare de Dumnezeu! Cred că Tu mi-ai dat soție ca un înger, Tu să mi-o și păzești, iar eu Îți dau în schimb făgăduința să nu mai fumez vreodată. Făgăduința o dau, dar știu că nu pot s-o împlinesc cu puterile mele, iar să n-o împlinesc este păcat mare: Tu Însăți ajută-mă!» Asta a fost pe la zece seara. După ce m-am rugat și m-am liniștit puțin, m-am apropiat de patul soției. Dormea; respirația îi era lină, regulată. M-am atins de fruntea ei: fruntea îi era umedă, însă nu fierbinte. Dormea adânc porumbița mea gingașă. Slavă lui Dumnezeu, slavă Preacuratei! Dimineața – temperatura era de 36,5 grade, seara – de 36,4, iar după o zi s-a ridicat ca și cum n-ar fi fost de curând bolnavă. Și eu am uitat că fumam, ca și cum n-aș fi fumat vreodată – deși fumasem treizeci și trei de ani în cap și întregul meu organism era atât de îmbibat cu blestematul de tutun, că nu puteam trăi fără el nici măcar un minut. Oare aceasta nu este cu adevărat o minune a Odighitriei? Amin".

NU FIȚI PĂRTAȘI LA LUCRĂRILE ÎNTUNERICULUI

Tu, Doamne, acoperă-mă de oameni gâlcevitori, de draci și de patimile trupești și de toate lucrurile necuvioase.

(Din rugăciunile Sfântului Ioan Gură de Aur)

Anii de ateism și de prigoană împotriva Ortodoxiei nu au trecut fără să lase urme. Aproape două generații au crescut fără să știe de Dumnezeu și de Sfânta Lui Biserică. Astăzi trăim vremuri foarte grele. Spre marea noastră durere, vidul duhovnicesc al unei părți (deloc mici) dintre contemporanii noștri se umple cu învățături mincinoase, cu erezii, cu secte de tot felul, cu practici oculte.

Cu ajutorul acestor surogate unii se străduiesc să dobândească mântuirea, alții vor vindecare de boli, alții sunt victime ale amăgirii, ale manipulării psihologice sau ale propriei ignoranțe religioase.

Oamenii care nu au credința cea adevărată sunt pândiți de superstiții, de tot felul de pseudovalori (magie, ocultism ș.a.m.d.). Se găsesc și „îndrumători spirituali“ gata să „vindece“ cu câteva pase sufletele și trupurile celor în suferință. Reclamele și anunțurile din presă ale acestora vorbesc despre „efecte“ stupefiante. De exemplu:

„În numai două ședințe vindec hipertensiunea, astmul, cancerul, diabetul..." și în continuare sunt enumerate zeci de boli obligate să dispară după ce nu știu care bioenergetician sau mag dă de câteva ori din mâini.

Pentru aceste personalități „extraordinare" nu există diferențe între ameliorarea neînsemnată și de scurtă vreme, care apare în virtutea unor anumite legi psihofiziologice, însănătoșire și înșelare duhovnicească. Oamenii sunt atrași într-un „joc" *sui generis*, în care n-au nici o șansă de câștig.

În cartea sa intitulată „Despre bine și rău", scriitorul ortodox N. D. Guriev își pune sieși și ne pune tuturor întrebări dificile: „Nu cumva aceștia sunt cei veniți «în numele lor», în care vor crede și deja cred cei care pier? Nu cumva deosebirea dintre ei și Antihrist este doar aceea că Antihrist va încerca să-i înșele și pe cei aleși, în vreme ce aceștia îi înșeală pe «cei de rând»?" Grele întrebări. Răspunsuri la ele ne va da Domnul.

Nu pot să nu vorbesc despre victimele sectelor totalitare, în care oamenii își pierd sufletul. Numele „conducătorilor" acestor secte sunt cunoscute. Unii dintre ei se află sub urmărire penală (liderii „Frăției albe", ai sectei Aum Senrike); alții fondează în adâncul taigalei comunități izolate și mutilează oamenii, aducându-i la epuizare sau nebunie (secta lui Vissarion). Sunt și unii care se ascund sub masca aparentei culturi și educații. Rezultatele activității sus-pomeniților sectanți și a celorlalți de același fel sunt pentru majoritatea discipolilor lor aceleași: degradare

duhovnicească, tulburări psihice, pagube materiale și subminarea sănătății. Din păcate, nu este deloc simplu de smuls din această beznă un suflet rătăcit. Câteodată, totul se sfârșește într-un mod cât se poate de tragic.

În calitate de creștin și de medic, declar fără ezitare că oamenii atrași în secte sau deveniți victime ale acțiunilor oculte suferă deseori crize psihologice, cunosc o stare de disconfort psihic foarte accentuat, iar uneori se și îmbolnăvesc psihic. Iar faptul că multora dintre ei (mai ales celor botezați întru Ortodoxie) încep să li se întâmple lucruri necurate, aceasta poate fi pedeapsă sau învățătură de minte de la Dumnezeu pentru apostazie.

În cartea sa intitulată „Numărul fiarei", preotul și profesorul neuropatolog p. Anatolii (Berestov) descrie amănunțit sindroamele așa-numitei „boli oculte", în rândul cărora găsim: sindromul fobic, sindromul psihotic (de tipul sindromului pseudohalucinator Kandinski-Clerambaud), sindroame psihosomatice, precum și tulburări imunologice, care fac ca organismul victimei influențelor oculte să fie vulnerabil față de multe boli (răceli dese, otite, pneumonii ș.a.). Deosebit de pronunțată este tendința spre apariția și dezvoltarea maladiilor oncologice. Ocultismul e însoțit adeseori și de droguri, și de desfrâu, și de alte păcate foarte grele.

Dacă cel afectat avea tulburări psihice, „tratamentele" ocultiste i le accentuează net. Și câte necazuri nu le aduc celor apropiați rătăciții! Se destramă familii, se duce pe apa sâmbetei averea ago-

nisită cu multă trudă: iată roadele reale ale ocultismului și sectelor. Voi da doar câteva exemple.

La consult s-a prezentat I., 32 de ani, militar. Soția lui, care fusese botezată întru Ortodoxie, a trecut în secta „martorilor lui Iehova". Tot timpul liber și-l dăruiește sectei. Evită comunicarea cu apropiații care nu îi împărtășesc credința. Îl apostrofează mereu pe I., se enervează din orice. În ultimul timp s-a închis în sine, nu vorbește zile întregi cu cei din familie, tensionând atmosfera. Nu o dată a încercat să-și convingă soțul să treacă la secta ei. Toate încercările lui de a-i dovedi nocivitatea „martorilor lui Iehova" s-au izbit din partea ei de o rezistență îndârjită. Încearcă să-i „predice" și copilului.

Z., 19 ani. Suferea de o boală psihică, dar, fiind în remisie de multă vreme, bine adaptat social. Timp de două săptămâni a fost reținut prin înșelăciune de un grup de oameni care „mărturiseau o religie orientală". Acei oameni l-au obligat să-și scoată crucea, să se roage și să mediteze în felul lor. Rezultatul? Decompensarea acută a stării psihice. Lui Z. i-a fost recomandată spitalizarea.

M., 25 de ani, botezată. A fost în secta „Frăția albă". Potrivit propriilor ei cuvinte, se purta ca o îndrăcită. Era agresivă, încăpățânată, se enerva din orice. Și-a donat sectei toată averea. Mama ei a cerut ajutorul unei mănăstiri de femei, cerând să se roage acolo pentru fiica cea rătăcită. M. povestește că, în timp ce călătorea spre Moscova la o adunare a sectei (pe atunci era deja unul dintre liderii regionali ai „Frăției albe"), a avut sentimentul că,

i-a căzut un văl de pe ochi, și totul i s-a luminat în cap. S-a întors imediat acasă și a încetat activitatea sectară. Este convinsă că s-a izbăvit cu rugăciunile maicii stareţe și ale surorilor mănăstirii.

K., femeie de vârstă mijlocie care, din fericire, a făcut pocăință pentru activitățile ei oculte, povestea că de-a lungul anilor a studiat intens fenomenele oculte, extinzând preocupările sale și asupra membrilor familiei. A trecut prin „inițierea de Shambala“ (înaltă magie), a absolvit cursuri de bioenergoterapie, a chemat spirite, a văzut OZN-uri, s-a tratat cu apă „energizată“, a ghicit la zoroastrieni și încă multe altele. Rezultatul: la soțul și la fiul ei se manifestă grave tulburări psihice. Poate că aceștia erau oricum predispuși la apariția acestor tulburări, dar, după afirmațiile lui K., legătura dintre ocultism și necazurile lor familiale a fost evidentă.

Din scrisoarea lui V., 30 de ani: „...Apartenența la secta scientologică s-a reflectat extrem de negativ asupra relațiilor mele cu cei din jur, și în primul rând cu cei apropiați. Gândirea mea a început să dobândească o formă «corectă», ca la o mașină de calcul, să se americanizeze... Existența mea se transformase într-un autentic haos și coșmar. Cel mai dificil pentru mine a fost să văd că boala mea e molipsitoare. Tuturor celor care aveau de-a face cu mine le creștea tensiunea, începeau să le apară fenomene negative și tot felul de tulburări...“

T., 49 de ani, povestea următoarele: cu mai bine de 15 ani în urmă, un cunoscut i-a zis soțului ei că este „deocheat“ și că trebuie să solicite

ajutorul unui bioenergoterapeut, ceea ce el a și făcut. După anumite manipulații și șoapte, bioenergoterapeuta (era femeie) a spus că „deochiul" a fost îndepărtat, apoi a dat niște „doctorii" și a spus să stropească cu ele prin toată casa. Femeia povestea că în vremea ce a urmat soțul ei era dezorientat, nu se mai implica în problemele familiale, tot timpul simțea nevoia să meargă iarăși la „tratament". După scurt timp a mers iarăși la bioenergoterapeută. După spusele lui T., s-a întors schimbat cu totul: privirea îi era absentă, iar comportamentul aducea mai mult cu al unui robot decât cu al unui om... N-a trecut mult și a dispărut, și nu s-a mai știut nimic despre el vreme de câțiva ani (înainte era un bun familist și tată iubitor). După îndelungi căutări, soția l-a găsit. Lucra ca... asistent al aceleiași bioenergoterapeute. Potrivit afirmațiilor lui T., se schimbase cu desăvârșire din punct de vedere psihic și era ca un robot comandat de la distanță. Din momentul „tratamentului" și-a părăsit familia, munca, a rupt legăturile cu părinții.

Tatăl unui tânăr bolnav psihic a venit să ceară ajutor și sfat. Fiul lui a nimerit la un bioenergoterapeut, își cheltuiește toți banii pe întâlnirile cu el, neglijează tratamentul indispensabil, a devenit pe de-a-ntregul dependent de bioenergoterapeut. Starea sănătății lui se înrăutățește. O femeie de 50 de ani, botezată întru Ortodoxie, a trecut la o sectă. Fiul ei, care până atunci era un tânăr ascultător, liniștit, devine brusc narcoman.

Au avut loc teleședințele lui Kașpirovski, lui Ciumak și ale altor „vindecători". Câți oameni

n-au suferit?! Câte suflete n-au fost atrase în acest „joc" cumplit, în care nu există șanse de câștig?

Bioenergoterapeuții și alți „vindecători" ocultiști folosesc în practica lor stări speciale de conștiință. Mai mult decât atât: ei consideră că stările acestea sunt o condiție indispensabilă a succesului terapiei. Studiind activitatea cerebrală la oameni aflați în stare de meditație[12] (hipnoză, autohipnoză), părintele Anatolie (Berestov) și academicianul neurofiziolog S. V. Krapivin au ajuns la concluzia următoare: „Se presupune că starea de meditație are o influență benefică asupra organismului uman, întrucât este însoțită de scăderea ritmului respirator și cardiac, a nivelului de lactat din plasma sanguină, de miorelaxare. Se consideră, de asemenea, că starea aceasta neobișnuită este cea mai bună odihnă. Totuși, la un examen amănunțit al electroencefalogramelor se vede clar că nu este vorba de nici o odihnă, ci de o stare cu totul aparte și stranie a creierului: o mobilizare periculoasă a tuturor resurselor cerebrale, a tuturor puterilor fiziologice ale creierului".

Așadar, prin starea aceasta aparte de conștiință, când „porțile" sufletului sunt deschise, hipnotizatorul sau ocultistul devine un „canal" al puterilor întunecate, slujind Satanei. Iată de ce Biserica Ortodoxă definește hipnoza ca pe o „slujire conștientă a răului", o numește fenomen „distructiv pentru om", subliniind faptul că în hipnoză sunt folosite puterile întunecate ale lumii duhovnicești (*Jurnal Moskovskoi Patriarhii*, 12, 1989).

[12] Vezi nota 3.

Răspunsuri la întrebări

Acest capitol este constituit din răspunsuri la întrebările care se aud cel mai des la consultație și care pot prezenta un interes larg.

Întrebare: În familia noastră este un bolnav psihic. Cum este mai bine să ne purtăm cu el?

Trebuie să vă purtați creștinește, cu dragoste. Omul bolnav psihic are nevoie de o deosebită răbdare și grijă. Pe cât este posibil, acasă trebuie creat un climat psihologic de cruțare. Nu trebuie să vă panicați, să creați tensiune ori să dramatizați excesiv situația, fiindcă dispoziția și anxietatea celor din casă se transmit și bolnavului.

Pentru omul bolnav sufletește trebuie neapărat să vă rugați cu râvnă, întrucât puterile lui sufletești și voința lui sunt și așa dezorganizate din cauza bolii. Este bine ca familia să se afle sub îndrumarea duhovnicească a unui preot familiarizat cu bolnavul și cu caracterul patologiei acestuia.

Dacă este bolnav copilul, părinții trebuie să-și aducă aminte că felul în care se simte acesta și starea lui psihică vor depinde în mare măsură de cucernicia lor.

De asemenea, trebuie neapărat urmărit ca bolnavul să respecte recomandările psihiatrului. Modificările de comportament sau agravarea stării psihice trebuie comunicate medicului curant.

Amintiți-vă că, slujind cu dragoste celui bolnav, nu numai că îi vom ușura necazurile și suferințele, ci ne vom învrednici și noi înșine de milă de la Domnul. *Fericiți cei milostivi, că aceia vor fi miluiți* (Mt. 5, 7).

Întrebare: Ne putem trata la un medic psihiatru necredincios sau neortodox?

Bineînțeles că este mai bine să vă tratați la un medic ortodox. Dar dacă această posibilitate nu există (din păcate, ortodocșii sunt în mod clar o minoritate în rândul medicilor), puteți apela la un specialist care nu este ortodox. Totuși, este necesar să se aibă în vedere faptul că asistența pe care o acordă trebuie să fie de natură strict profesională, bazată pe achizițiile contemporane ale științei și practicii medicale. Această asistență se concretizează în efectuarea obligatorie a investigațiilor, în prescrierea de medicamente, evaluarea capacității de muncă a bolnavului, eliberarea de adeverințe oficiale etc. Voi menționa și faptul că intruziunea psihiatrului, cu scopul de a „face ordine", în sfera convingerilor religioase ale bolnavului este inadmisibilă și, de altfel, interzisă prin lege. Dacă medicul este botezat, va fi foarte bine dacă vă veți ruga pentru el, dacă îl veți pomeni la slujbe. Nădăjduind în arta medicală, bolnavul și rudele lui trebuie să nădăjduiască mai

întâi în ajutorul Doctorului Ceresc, în mila și în iubirea Lui de oameni. În orice caz, nu vă recomand să cereți ajutorul unui psihoterapeut neortodox, întrucât la baza activității unui astfel de specialist se află tratamentul prin cuvânt, sprijinul sufletesc, mângâierea omului necăjit – în acest caz nefiind tratat atât trupul, cât sufletul. Un medic ateu (sau ocultist, cum sunt mulți acum) va aduce mai multă vătămare, iar folos nu veți avea de pe urma lui.

Întrebare: Cu ce tipuri de medicamente sunt tratate bolile psihice?

Maladiile psihice sunt tratate cu diferite tipuri de preparate medicamentoase (neuroleptice, tranchilizante, antidepresive etc.), care **trebuie luate doar la prescripția medicului**. În farmacii, ele se eliberează doar cu rețetă.

Întrebare: Este permis pentru un ortodox să ia medicamente psihotrope?

Preparatele psihotrope (care acționează asupra psihicului) pot fi utilizate în tratamentul unor tulburări neuropsihice diverse doar la prescripția medicului. Părerea potrivit căreia credincioșilor nu le este îngăduit să folosească aceste medicamente este greșită. Scopul administrării lor este normalizarea tulburărilor de somn, stabilizarea dispoziției sufletești, a proceselor de excitație și de inhibiție din scoarța cerebrală, îndepărtarea simptomelor legate de anxietate ș.a.m.d.

Simptomele maladive descrise pot fi observate la om în diverse circumstanțe, atât izolate, cât și în combinație cu manifestări somatice. Un tratament selectat în mod profesional nu va aduce vătămare sănătății, ci, dimpotrivă, va îmbunătăți felul în care se simte bolnavul.

În cazul stărilor nevrotice, când simptomele bolii depind direct de cauze și circumstanțe psihologice, medicamentele joacă un rol adjuvant, slăbind tensiunea lăuntrică și diminuând intensitatea neplăcerilor bolnavului. Ele sunt prescrise de obicei pentru perioade limitate de timp. Condiția principală a însănătoșirii este căutarea soluționării optime a conflictului, iar în planul duhovnicesc – smerenia și pocăința.

Când este vorba de o patologie psihică mai gravă, medicamentele sunt de regulă indispensabile – dar și în acest caz este nevoie de rugăciune.

Întrebare: Bolile psihice sunt curabile?

Așa-numitele stări „de graniță", precum și o serie de manifestări psihotice acute se tratează cu mai mult succes decât psihozele cu evoluție cronică (schizofrenia, psihoza maniaco-depresivă etc.). În aceste din urmă cazuri, scopul tratamentului este obținerea unei remisiuni (absența manifestărilor clinice evidente) cât mai îndelungate și adaptarea maximă a bolnavului la viața de zi cu zi.

Vreau să mai subliniez și următorul fapt: conceptul de „incurabil" caracterizează mai degrabă durata bolii, el nu este întotdeauna relevant în ce privește gravitatea și gradul ei de periculozitate. Pe

acest pământ nu există oameni absolut normali. Cu toţii suntem mai mult sau mai puţin bolnavi şi toată viaţa purtăm greutăţi, necazuri, pierderi, neputinţe trupeşti. Aceasta este partea noastră aici. *Prin multe necazuri se cade nouă a intra întru Împărăţia Cerurilor* (Fapte 14, 22). *Cine va răbda până la sfârşit, acela se va mântui* (Mt. 10, 22).

Întrebare: Am auzit că în instituţiile de învăţământ este introdus actualmente obiectul „valeologie", care nu se dă în lături de la utilizarea psihotehnicilor oculte. Este adevărat?

Da, aşa este. Valeologii utilizează în mod activ hipnoza, influenţarea subliminală (a subconştientului omenesc), diverse metode de sugestie. Toate aceste psihotehnologii sunt pierzătoare pentru suflet. Sub masca acestei „ştiinţe" se ascunde un pericol enorm.

Întrebare: Am auzit că păcatele se pot transforma în boli concrete. N-aţi putea să vorbiţi mai explicit despre acest lucru?

Sfinţii Părinţi spun: cu ce păcătuieşte omul, de aceea şi pătimeşte. Ştim cum se „plăteşte" pentru păcatul curviei: boli venerice, SIDA, infertilitate, afecţiuni ginecologice, prostatită, impotenţă. Observaţiile arată că la cei lacomi de averi şi la cei invidioşi se dezvoltă deseori boli neuropsihice. Pentru lăcomia de dulciuri suferim de boli ale dinţilor şi ale intestinelor, de diverse forme de alergie. Îmbuibarea pântecelui duce la îngrăşare, la boli de stomac şi de pancreas. Trândăvirii îi ur-

mează depresia. Trufia poate deveni esenţa duhovnicească a schizofreniei. Mânia accelerează apariţia bolilor sistemului cardiovascular. Lista poate continua. Bineînţeles, aceste scheme trebuie luate cu precauţie şi aplicate doar la o parte din cazuri. Din voia Domnului, bolile pot fi date omului spre punerea la încercare a credinţei şi chiar ca temei de viitoare răsplătire a celor ce se bucură de greutăţile bolilor, pe care le rabdă pentru Dumnezeu şi pentru viaţa veşnică.

Uneori, Mântuitorul ne învaţă minte prin suferinţe. În urma bolii, omul poate fi mişcat către pocăinţă şi către îndreptarea vieţii sale. După cuvântul Apostolului Petru, *cel ce pătimeşte cu trupul încetează a mai păcătui*.

Întrebare: Eram alcoolic, dar acum, cu ajutorul lui Dumnezeu, nu mai beau. Pot să mai beau din când în când câte puţin vin ?

Mă bucur sincer pentru dumneavoastră. Slavă lui Dumnezeu ! Răspunsul la întrebare este următorul: nu merită să beţi, nici măcar puţin. Înfrânarea de la alcool trebuie să fie de lungă durată, uneori pe viaţă. De ce ? Pentru că riscul întoarcerii la trecut este mare. Dacă pentru omul sănătos (care nu este şi nici nu a fost vreodată dependent de alcool) un păhărel de vin este cu totul inofensiv, pentru dumneavoastră lucrurile stau altfel.

Voi da un exemplu. Să presupunem că cineva a făcut alergie la un anumit aliment. Încercările de a mânca alimentul cu pricina pot duce chiar la moarte. Şi dumneavoastră suferiţi, ca să zic

așa, de o alergie – numai că este vorba de o alergie duhovnicească. Dacă veți bea din nou, vă puteți vătăma foarte rău, și pentru cel viclean va fi mai simplu să vă prindă în cursă iarăși.

Întrebare: Faceți adeseori trimitere la lucrările profesorului D. E. Melehov. Puteți da amănunte despre dânsul?

Savant psihiatru de mare autoritate, fiu de preot din eparhia Riazanului, doctor în științe medicale, profesorul Dmitri Evghenievici Melehov (1899-1979) este unul dintre fondatorii psihiatriei sociale contemporane, adică al acelui domeniu al psihiatriei care elaborează principiile reîntoarcerii în viața socială a celor afectați de maladii psihice, savant de renume, autor a mai mult de 170 de lucrări științifice referitoare la diverse probleme ale psihiatriei clinice și sociale, ale recuperării bolnavilor și organizării asistenței psihiatrice, ale istoriei psihiatriei și problemelor de metodologie psihiatrică generală.

Pedagog talentat și clinician de mare finețe, Dmitri Evghenievici s-a bucurat de o imensă autoritate în fața colegilor săi, în fața a mii de suferinzi și a apropiaților acestora.

Profesorul D. E. Melehov a rămas în memoria celor care l-au cunoscut ca un medic minunat, care nu refuza niciodată să ajute pe cineva. Cei externați din spital se străduiau să-l întâlnească doar ca să audă o vorbă bună de la el. O mare însemnătate o avea aici nu numai înțelegerea exactă a manifestărilor morbide, ci și profundul

respect arătat fiecărui om, oricât de schimonosit ar fi fost chipul sub care se înfăţişa înaintea lui, pentru că în fiecare om vedea chipul lui Dumnezeu. Ştia să vadă şi să-i arate bolnavului părţile sănătoase ale personalităţii lui, pe care trebuie să se sprijine în lupta cu boala sufletească. În discuţiile cu prietenii, Dmitri Evghenievici dădea de multe ori exemple în care omul, în pofida bolii psihice, datorită unui mod duhovniceşte corect de viaţă, îşi păstra personalitatea, frumuseţea acesteia, rămânând capabil de muncă. El cunoştea de asemenea cazuri când înşelarea duhovnicească a dus, dacă suferindul s-a încăpăţânat să rămână în ea, la tulburări şi la degradare psihică.

Iubea oamenii şi o arăta prin fapte; întâlnirile şi discuţiile cu el erau un prilej de bucurie întotdeauna. El vedea în creştinism plinătatea aducătoare de bucurie a vieţii în Hristos. Rugăciunile lui îndrăgite erau rugăciunile de mulţumire. Pe data de 13 mai 1979, în vârstă de 80 de ani, a adormit în Domnul. Sfârşitul lui a fost creştinesc. Până în ultimele clipe ale vieţii sale şi-a păstrat limpezimea intelectuală şi viziunea luminoasă asupra vieţii.

Întrebare: Spuneţi-mă, vă rog, este util tratamentul bolilor psihice prin post negru?

Eu aş recomanda să vă ţineţi de posturile pe care le-a rânduit Biserica Ortodoxă, nu să recurgeţi la post negru. Păzind postul bisericesc (care este legat nu atât de restricţiile fizice, ci atinge în primul rând sufletul), bolnavul primeşte negreşit

de la Domnul întărirea harică a puterilor sufletești și trupești.

Am spus deja că deviza „sănătate de dragul sănătății“ este incorectă duhovnicește. În atare caz, ne facem idol din propriul trup. Domnul ne-a poruncit să nu ne facem idoli.

Iar postul negru are multe neajunsuri. Pe de o parte, el poate ajuta la dispariția anumitor sindroame psihopatologice, dar pe de altă parte pot suferi organele interne și imunitatea. În plus, după tratamentul prin post negru bolnavul își recuperează de obicei în scurt timp greutatea dinainte (chiar cu adaos), mănâncă mai mult – și totul se întoarce la punctul de plecare. Deosebit de periculos este acest tratament pentru bătrâni, pentru persoanele grav bolnave, pentru cei cu tulburări de metabolism, pentru copii și adolescenți.

Întrebare: Fiul meu poate să se uite zile întregi la televizor și zice că așa se odihnește. Poate aceasta să-i dăuneze?

Îi dăunează, și încă cum! În mai multe privințe. În primul rând, să ne gândim la conținutul programelor de televiziune. Emisiunile TV sunt pline de titluri monstruoase, legate de violență, desfrâu, ocultism. Trăgând în sine această otravă, sufletul nu poate rămâne sănătos.

În continuare: la oamenii care petrec mult timp în fața televizorului se dezvoltă starea de hipnonarcomanie, a cărei principală caracteristică este o creștere morbidă a receptivității la sugestie.

Ca urmare, slăbeşte voinţa, scade capacitatea de analiză a situaţiilor de viaţă, suferă memoria.

Pe lângă acestea, şederea prelungită cauzează stagnarea sângelui în organele pelviene, duce la disfuncţii intestinale. Nici iradierea de la cinescop nu rămâne fără urmări. Ea produce, mai ales la copii, diverse tulburări nevrozoide, care se manifestă prin irascibilitate, prin somn neliniştit. Cel afectat se simte rău, slăbit. Vremea trece fără putinţă de întoarcere, şi ea este atât de preţioasă...

Aşadar, „odihna" de care vorbeşte fiul dumneavoastră este doar o iluzie. Încercaţi să-l lămuriţi, să-i schimbaţi această părere.

Întrebare: Este admisibil să cerem ajutorul unui medic sexopatolog? Vreau să aflu părerea unui medic ortodox în această problemă.

Totul se hotărăşte de la caz la caz. Există boli în care ajutorul unui asemenea specialist îşi poate avea rostul. Totuşi, ţin să vă atrag atenţia asupra următoarelor circumstanţe. Foarte des, problemele de sănătate cu caracter intim se dezvoltă în urma neînfrânării, a abuzului de relaţii conjugale sau a supraestimării valorii lor. Pe deasupra, această sferă a relaţiilor interumane este cea mai vulnerabilă la conflicte, jigniri, neînţelegeri de tot felul. Uneori suprasolicitarea, stressul pot să-şi pună amprenta în mod negativ. Ca atare, odihna, liniştea sufletească, aerul curat vor aduce un folos evident. Şi amintiţi-vă: dragostea şi fidelitatea reciprocă, rânduiala creştină a vieţii de familie,

păzirea posturilor bisericești sunt chezășia bunăstării familiei, a sănătății sufletești și trupești.

Întrebare: Se observă la femei deviații psihice după avorturi?

Avortul este ucidere a pruncului în pântecele mamei. Ce credeți, poate un om în care s-a păstrat măcar o urmă de conștiință să nu cunoască remușcări?

Ca medic, am deseori prilejul să constat tulburări psihice apărute la femei în urma avorturilor. Iată acuzele tipice ale acestui tip de paciente: sentiment de pustietate lăuntrică, tristețe, coșmaruri (adeseori femeia vede chinurile copilului ucis în pântece), conflicte și neorânduieli familiale. Îmi amintesc o pacientă la care, în urma avortului, se formase un complex fobic persistent, care a durat mai mult de zece ani.

În calitate de creștin ortodox și de medic, nu cred că este posibil să se înceapă tratamentul acestor tulburări psihice fără să i se fi arătat femeii în cauză că a săvârșit un păcat greu, a cărui consecință nemijlocită este boala sufletească. Aceasta nu este altceva decât chin al conștiinței: ca atare, principalul tratament trebuie să fie POCĂINȚA.

Doar pocăința și hotărârea de a nu mai săvârși niciodată acest păcat greu poate să atragă harul lui Dumnezeu și să vindece rana din suflet.

Apendice

Un Bătrân duhovnicesc era adeseori bolnav. S-a întâmplat ca timp de un an să nu fie bolnav deloc. Bătrânul s-a întristat foarte și a plâns, zicând: „M-a părăsit Domnul meu și nu m-a cercetat".

Nu există pe acest pământ vreun om lipsit de suferințe și de necazuri. Păcatul strămoșesc a schimbat starea înaltă pe care Domnul a dăruit-o la început oamenilor. Pierzând Edenul, omul a dobândit... stricăciunea și moartea. Dar mila lui Dumnezeu nu ne părăsește pe noi, păcătoșii și nevrednicii. Suferințele și necazurile, și greutățile ne sunt spre învățătură de minte și spre a ne face vrednici să primim darurile lui Dumnezeu. Răbdându-le fără cârtire, ne curățim de păcate, creștem duhovnicește și ne pregătim pentru veșnicie. Smerenia și răbdarea, nădăjduirea în Domnul și în voia Lui cea bună – iată esența adevăratei viziuni creștine.

Dacă bolnavul se va purta în acest duh, asta îl va întări duhovnicește, i se va socoti întru nevoință. În atare caz, în fața necazurilor și a bolilor omul va birui răul cu binele, va arăta că duhul său stăpânește cu adevărat peste trup. Mântui-

torul nostru ne-a dat exemplul celei mai mari răbdări, iubiri și blândeți, suferind pătimirile de pe cruce și rugându-se pentru răstignitorii Săi.

Vremea bolii este o vreme a cunoașterii de sine, vreme a cugetării duhovnicești, vreme a pocăinței. Să ne amintim deci că totul este de la Dumnezeu: și boala, și sănătatea. Iar tot ce este de la Dumnezeu este spre binele nostru. Ca atare, să nu ne descurajăm. Domnul Cel Milostiv nu va trimite nici unuia dintre noi ispite peste măsură, căci, după spusele Apostolului, *credincios este Dumnezeu, Care nu vă va lăsa să fiți ispitiți mai mult decât puteți, ci împreună cu ispita va face și sfârșitul, ca s-o puteți suferi* (1 Cor. 10, 13). Să păstrăm în inimi și gândul că *prin multe necazuri se cade nouă a intra întru Împărăția Cerurilor* (Fapte 14, 22).

Dimpotrivă, cârtirea, protestul, înrăirea față de toți și de toate strică pacea lăuntrică, sporesc suferința și, principalul, micșorează sau nimicesc rodul duhovnicesc pentru care Dumnezeu a îngăduit să vină boala. Rodul e mântuirea noastră. Uneori, necredința, nepăsarea duhovnicească față de propriul suflet și altele asemenea ne împiedică să conștientizăm și să înțelegem lucrul acesta.

Anii de ateism n-au rămas lipsiți de urmări. Aproape două generații au crescut fără să știe de Dumnezeu și de sfânta Lui Biserică. În activitatea mea practică de medic am avut de-a face adeseori cu situații când omul bolnav sau necăjit nu înțelege sensul duhovnicesc al suferinței (îi am în vedere pe cei botezați ortodox), este foarte îm-

povărat de felul în care se simte, e plin de descurajare și întristare. Uneori se întâmplă și mai rău: apar deznădejdea, dorința de a muri...

Există și altă problemă, care nu-l poate lăsa nepăsător pe nici un medic ortodox. Lipsa duhovniciei, care a domnit în ultimii șaptezeci și ceva de ani în societate, a afectat, firește, și medicina, cu toate consecințele ce decurg de aici. Când te gândești la spitalele de dinainte de revoluția bolșevică... Icoane, candele aprinse, surori de caritate, preot care spovedea, împărtășea, făcea masluri. Toate acestea au fost... Este îmbucurător faptul că acum, din mila lui Dumnezeu, această tradiție renaște puțin câte puțin. Deocamdată nu peste tot, dar se rezidesc și se sfințesc biserici de spital, în clinici se fac slujbe. În ochii bolnavilor apar scântei de credință și de nădejde. În suflete se sălășluiesc bucuria și mângâierea. Vrem să credem că Domnul ne va da timp și puteri ca să ne pocăim și să ne îndreptăm.

Sfinții Părinți, despre boli și bolnavi

„Trupul e slujitorul sufletului, iar sufletul este împăratul: drept aceea, adeseori se întâmplă, prin milostivirea lui Dumnezeu, și ca trupul să fie ros de boli; ca urmare, patimile slăbesc, iar omul își vine întru sine; de altfel, însăși boala trupească se naște câteodată din patimi.

Alungă păcatul, și boli nu vor mai fi, căci ele se întâmplă în noi de pe urma păcatului, cum zice Sfântul Vasile cel Mare. «De unde este boala? De unde sunt vătămările trupești? Domnul a zidit trupul, nu boala; sufletul, nu păcatul». Care este lucrul cel mai folositor și mai trebuincios? Unirea cu Dumnezeu și împărtășirea cu El prin mijlocirea dragostei. Pierzând această dragoste, cădem de la El; căzând, ne supunem multelor și feluritelor boli.

Cine îndură boala cu răbdare și cu recunoștință, aceluia i se socotește întru nevoință sau chiar mai mult.

Un Bătrân suferind de hidropică le spunea fraților care veneau la el cu dorința de a-l doftorici: «Părinților, rugați-vă să nu fie supus unei boli ca aceasta omul meu cel lăuntric; iar cât privește pătimirea trupească, eu rog pe Dumnezeu să nu

mă sloboadă dintr-o dată de ea – căci pe cât se strică omul nostru cel dinafară, pe atât cel dinlăuntru se înnoiește» (2 Cor. 4, 16)".

Din povețele scrise
ale Cuviosului Serafim din Sarov

„În vremea bolii simțim că viața omenească este asemenea unei flori care se ofilește aproape îndată ce își desface petalele și unui nor care se risipește fără să lase urme; că zilele noastre pier ca umbra; că trupul nostru se usucă aidoma florii câmpului, că viața celui mai tare om este numai o adiere, că ea se scurtează cu fiece răsuflare și că bătaia pulsului îl apropie, ca bătăile unui ornic, de ceasul cel din urmă, care aproape întotdeauna bate tocmai în clipa când omul crede că până la ea mai e multă vreme.

O, boală, doctorie amară, dar aducătoare de sănătate! Cum ferește sarea peștele sau carnea de putrezire, așa și orice boală păzește duhul nostru de putreziciunea și de stricăciunea păcatului, neîngăduind patimilor – viermilor sufletești – să se zămislească în noi.

Prin nerăbdare nu scăpăm de suferința pe care ne-a rânduit-o Pronia lui Dumnezeu; dintr-însa nu urmează altceva, fără numai vătămare și pierzare. Prin răbdare orice suferință se ușurează. Uită-te la cei aflați în boală de multă vreme sau care șed mult timp în temniță: așa s-au obișnuit cu nenorocirea lor prin răbdare, că parcă n-ar simți-o. *Că*

necazul răbdare lucrează (Rom. 5, 3). Dimpotrivă, prin nerăbdare durerea se înmulțește...“

Sfântul Tihon de Zadonsk

„Temerea pentru trup este atât de puternică în oameni, că din pricina ei nu rareori ajung neînstare a săvârși vreun lucru vrednic de slavă și cinste. Dar când asupra temerii pentru trup vine temerea pentru suflet, temerea trupească se face neputincioasă în fața temerii pentru suflet, ca ceara de puterea focului care arde tot.

Și când te afli întru boală, zi: «Fericit cela ce s-a învrednicit a fi pus de Domnul la încercare întru cele pentru care moștenim viața veșnică». Căci Dumnezeu trimite bolile spre sănătatea sufletului“.

Sfântul Isaac Sirul

„Rogu-te, fiule, rabdă și dă mulțumită pentru strâmtorările care ți se întâmplă în boală, după cuvântul celui care a zis: *Tot ce se va întâmpla ție, primește* (Sir. 2, 4), ca planul Proniei să se împlinească asupra ta, fiul meu, așa cum este plăcut înaintea ei. Deci fii bărbat, întărește-te întru Domnul și nădăjduiește în purtarea Lui de grijă pentru tine.

Dumnezeu să fie cu tine!“

Din scrisorile Avvei Dorothei

„Boala este trimisă uneori spre curățirea de păcate, alteori pentru a smeri mândria".

Sfântul Ioan Scărarul

„Totul e de la Dumnezeu: și bolile, și sănătatea, iar tot ce e de la Dumnezeu ni se dă spre a noastră mântuire. Deci primește și tu boala ta și dă mulțumită Domnului că Se îngrijește de mântuirea ta. Cum anume slujește la mântuire ceea ce trimite Dumnezeu, poți să nu cercetezi, căci poate nici nu vei afla. Dumnezeu trimite unele spre pedeapsă, ca pe o epitimie, altele spre învățătură de minte, ca omul să-și vină în fire, altele ca omul să scape de un necaz în care ar fi picat dacă ar fi fost sănătos, altele ca omul să dovedească răbdare și prin aceasta să merite mai mare plată, altele ca să îl curățească de toată patima, ca și din alte pricini... Iar tu, când îți amintești de păcatele tale, zi: «Slavă Ție, Doamne, că ai pus asupra mea epitimie spre pedepsire!» Când îți amintești că înainte nu-ți aduceai aminte întotdeauna de Dumnezeu, zi: «Slavă Ție, Doamne, că mi-ai dat prilej și învățătură să-mi amintesc mai des de Tine!» Când îți vine gândul că, dacă ai fi fost sănătoasă, ai fi făcut răutăți, zi: «Slavă Ție, Doamne, că nu îngădui să păcătuiesc!», și așa mai departe... Așadar, să fii cu inimă bună!...

Pentru toate dați mulțumită lui Dumnezeu; și pentru boală dați mulțumită. Știu, mie îmi vine ușor să vorbesc așa, dar dumneavoastră poate că nu vă vine ușor să simțiți așa. Oricum, vorbind

despre răbdare eu mă rog ca Domnul să vă dea să răbdați cu inimă bună boala și să trageți din ea o învățătură. Cine știe de ce v-a legat Domnul? Neîndoielnic e însă faptul că lucrul acesta s-a întâmplat în ajutorul viețuirii pe care v-ați ales-o și în care vă străduiți să rămâneți măcar cât de cât. Din această latură, puteți să nici nu mai iscodiți rosturile bolii dumneavoastră. În clipele când suferința este mai grea, căutați bărbăție spre răbdare cu inimă bună și în amintirea pătimirilor cu care au pătimit toți sfinții, mai ales mucenicii. Cât și cum au răbdat?! E greu și să ne închipuim. De altfel, tuturor *prin multe necazuri se cade nouă a intra întru Împărăția Cerurilor* (Fapte 14, 22).

Și ceea ce ne-a făgăduit Domnul se numește «cunună». De ce? Fiindcă acolo nu se poate intra fără pătimiri. Un singur drum duce într-acolo: crucea de voie sau fără voie[13].

Îngerul Păzitor să vă aducă mângâiere și inimă bună! De faptul că zgomotul din cap nu vă lasă să vă adunați gândurile să nu vă plângeți. Dumnezeu judecă sufletul după ceea ce depinde de el, nu după cele asupra căruia n-are stăpânire. În inimă să păstrați hotărârea de a nu vă depărta de Domnul, și El va primi aceasta.

Acum trebuie să lăsați rânduiala de postire de dinainte. O să recuperați pe urmă, dacă va plăcea înaintea lui Dumnezeu să vă ridice din boală;

---

[13] Este vorba de nevoințele pe care omul le ia asupra sa din proprie inițiativă, respectiv de încercările trimise de Dumnezeu. Precizăm aceasta pentru că și potrivnicii lui Dumnezeu suferă fără voia lor, dar asta nu le slujește spre mântuire (n. tr.).

dar acum, cât sunteți bolnavă, puteți mânca orice spre întremare, la sfatul medicului.

Există boli asupra vindecării cărora Domnul pune oprelişte când vede că boala e mai de trebuinţă pentru mântuire ca sănătatea".

Din scrisorile
Sfântului Ierarh Teofan Zăvorâtul

„Boala este învăţătură de minte pentru noi de la Dumnezeu şi slujeşte spre sporirea noastră, dacă vom da mulţumită lui Dumnezeu. Oare n-a fost Iov prieten credincios al lui Dumnezeu? Dar ce nu a răbdat, mulţumind lui Dumnezeu şi slavoslovindu-L? Şi răbdarea l-a dus în cele din urmă la negrăită slavă. Rabdă şi tu puţin (în boală) şi vei vedea slava lui Dumnezeu (In. 11, 40). Iar cât priveşte faptul că nu poţi posti (acum, când eşti bolnav), nu te necăji. Dumnezeu nu cere de la nimeni osteneli peste putere. În plus, ce alta este postul decât smerire a trupului sănătos spre a-l face neputincios pentru patimi, după cuvântul Apostolului: *Când sunt slab, atunci sunt tare* (2 Cor. 12, 10). Iar boala se socoate în loc de post, şi chiar mai mult decât acesta are preţ. Cine o îndură cu răbdare, dând mulţumită lui Dumnezeu, acela va primi prin răbdare rodul mântuirii sale. În loc ca puterea trupului să slăbească prin postire, ea este de pe acum slăbită de boală. Aşadar, dă mulţumită lui Dumnezeu că te-ai slobozit de osteneala postirii. Chiar dacă vei ajunge să mănânci de zece ori în zi, nu te întrista; nu vei fi

osândit pentru că faci așa, dacă nu este spre a face pe plac poftelor.

(Către un bolnav descurajat) Îmbrățișează pătimirile Mântuitorului nostru, ca și cum dimpreună cu Dânsul ai răbda ocări, răni, defăimări, jignirea prin scuipare, porfira cea de batjocură, rușinea cununii de spini, oțetul amestecat cu fiere, durerea piroanelor, străpungerea cu lancea, revărsarea de apă și de sânge – și ia de aici bucurie pentru durerile tale. Domnul nu va lăsa să fie în deșert osteneala ta. El a îngăduit ca tu să suferi o mică boală ca să nu fii străin de sfinți când îi vei vedea în ceasul acela purtând roadele răbdării necazurilor și proslăviți, ci să fii părtaș al lor și al lui Iisus, având îndrăznire dinaintea Lui dimpreună cu sfinții. Deci nu te întrista; Dumnezeu nu te-a uitat, ci se îngrijește de tine ca de un fiu al Său adevărat, nu ca de unul din curvie (Evr. 12, 8)".

Sfinții Varsanufie și Ioan

„Totul e de la Dumnezeu – și cele bune, și necazurile; dar unele necazuri sunt după bună voirea, altele – după iconomia, altele – după îngăduința Lui. După bună voire sunt când ducem viață îmbunătățită: fiindcă este plăcut înaintea lui Dumnezeu ca cei ce viețuiesc întru fapta bună să se împodobească cu cununile răbdării. După iconomie sunt când, după ce cădem în păcate, suntem învățați minte. Iar după îngăduință sunt atunci când, nici învățați minte, nu ne întoarcem. Și iarăși: după iconomie ne pedepsește Dumne-

zeu când păcătuim, ca să nu fim osândiți împreună cu lumea, după cuvântul apostolesc: *Judecați fiind, de Domnul suntem certați, ca să nu fim osândiți împreună cu lumea* (1 Cor. 11, 32). Cu înțelesul acesta *nu va fi răutate în cetate pe care să n-o fi îngăduit Domnul* (Amos 3, 6), ca, de exemplu: foamete, molime, boli, războaie – fiindcă acestea toate slujesc la curățirea de păcate. Și îngăduie Dumnezeu de îi părăsește pe cei ce fie că nu vor să trăiască fără păcat, fie, primind învățare de minte, nu se întorc, ci stăruie în păcat. Atunci, Dumnezeu îi dă *întru minte neiscusită*, adică le îngăduie slobozenia de a săvârși cele necuvioase (Rom. 1, 28)".

Sfântul Efrem Sirul

„Când, de pildă, bolnavul rabdă cu inimă bună boala sa, vrăjmașul, știind că el se va întări astfel în virtutea răbdării, se apropie pe furiș ca să strice buna lui așezare sufletească. În acest scop, începe să-i aducă în minte numeroase fapte bune pe care ar fi putut să le săvârșească dacă s-ar fi aflat în altă stare, și se stăruie să-l încredințeze că, dacă ar fi fost sănătos, ar fi slujit foarte bine lui Dumnezeu și ar fi adus foarte mult folos sieși și altora: ar fi mers la biserică, ar fi vorbit, ar fi citit și ar fi scris spre zidirea aproapelui și așa mai departe. Dacă bagă de seamă că aceste gânduri sunt primite, vrăjmașul le aduce și mai des în minte, le înmulțește și le înflorește, le aduce la simțire, ațâță pofte și năzuințe spre faptele acelea, arătându-i cât de bine i-ar fi mers cutare sau

cutare lucruri și stârnindu-i părerea de rău că este legat de mâini și de picioare de către boală.

Încetul cu încetul, venind adeseori în suflet atare gânduri și mișcări, dorința trece în nemulțumire și supărare. Răbdarea cu inimă bună de dinainte este stricată într-acest chip, și boala nu mai apare ca doctorie de la Dumnezeu și ca prilej pentru a dovedi virtutea răbdării, ci ca ceva nepotrivit pentru lucrarea mântuirii, iar dorința de a scăpa de ea devine cu neputință de înfrânat – părându-i-se în continuare bolnavului că prin aceasta va căpăta lărgime pentru a face bine și a plăcea lui Dumnezeu în tot chipul.

După ce l-a adus aici, vrăjmașul îi fură din minte și din inimă acest scop bun al dorinței de însănătoșire și, lăsându-i doar dorința sănătății ca atare, îl face să privească boala cu supărare, nu ca pe o piedică în calea către bine, ci ca pe un lucru neplăcut în sine. Drept aceea, nerăbdarea, nefiind vindecată prin gânduri bune, capătă putere și trece în cârtire, lipsindu-l pe bolnav de tihna de dinainte, care venea din răbdarea cu inimă bună. Iar vrăjmașul se bucură că a reușit să-i strice rânduiala lăuntrică.

Întocmai la fel îl tulbură vrăjmașul pe săracul care îndură cu răbdare soarta sa, zugrăvindu-i cu ce fapte bune s-ar împodobi dacă ar avea bogăție.

De toate aceste ispite se izbăvește ușor cine are povățuitor și sfătuitor încercat, urmând cu smerită supunere îndrumările lui. Iar cine este lipsit din oarecare pricini de acest bun, acela să ia aminte la sine și să se deprindă a deosebi fără

greș binele de rău potrivit învățăturii creștinești, după care trebuie să se rânduiască viața fiecăruia dintre noi. Dacă împrejurările care ne împiedică, după părerea noastră, să întindem hotarele facerii noastre de bine nu țin de voia noastră, ci sunt trimise de Dumnezeu, primește-le cu supunere și nu asculta de nici un fel de insuflări ce caută să te abată de la această supunere. Trimițând asemenea împrejurări, Dumnezeu nu așteaptă de la tine decât să te ții și să te porți așa cum cere și cum te lasă aceste împrejurări.

Dacă ești bolnav ori sărac, rabdă. Dumnezeu nu cere de la tine decât răbdare. Rabdă cu inimă bună: te vei afla necontenit în facerea de bine. De câte ori va căuta spre tine Dumnezeu, va vedea că faci bine ori că rămâi în bine – dacă vei răbda cu inimă bună. În timp ce la omul sănătos faptele bune sunt când și când. Ca atare, de ce să dorești schimbarea stării tale, de vreme ce asta înseamnă o schimbare în mai rău?"

Sfântul Nicodim Aghioritul

„Bolile și întâmplările neplăcute ne sunt trimise spre folosul nostru sufletesc și, mai întâi de toate, spre smerirea noastră și ca să ducem viață mai cu luare-aminte și mai cu dreaptă socotință.

În a te trata la doctori și a lua medicamente nu e nici un păcat, fiindcă totul e de la Domnul Dumnezeu – și doctoriile, și medicii. Și păcat nu este în a folosi bolnavul medicamentele, ci în a-și

pune toată nădejdea numai în medic și în medicamente, uitând că totul atârnă de Atotbunul și Atotputernicul Dumnezeu, Singurul Care dă viață cui vrea și omoară pe cine vrea".

Sfântul Ambrozie de la Optina

„De la Atotbunul Dumnezeu vine doar binele, nu și răul. Și boala ta este un bine – iar tu cârtești, te împuținezi cu sufletul, te trândăvești; rabdă, mulțumește; pentru plăcerile de voie din tinerețe vin bolile fără voie la bătrânețe.

Cel ce pătimește cu trupul încetează de la păcat (1 Pt. 4, 1). Iată de ce este neapărată nevoie de suferințe, de cruce pentru creștin: fără suferințe, fără apăsare trupul nostru se prostește, se îndrăcește, păcătuiește, Îl mânie pe Dumnezeu, își face necazuri sieși și sufletului. O, trup nenorocit, multpătimaș, din pricina căruia vin toate necazurile în omenire! O, inimă multpătimașă, spurcată! *Ceea ce iese din om, aceea spurcă pe om: că dinlăuntru, din inima oamenilor, ies gândurile cele rele, preacurviile, curviile, uciderile, furtișagurile, asupririle, vicleșugurile, înșelăciunile, înverșunările, ochiul viclean, hula, trufia, nebunia* (Mc. 7, 20-23). Iată unde este izvorul răului din om: în inimă!"

Sfântul Ioan din Kronstadt

„Avva Pimen cel Mare a zis: «Deopotrivă sunt acestea trei: când cineva se liniștește bine; când

este cineva bolnav și dă mulțumită lui Dumnezeu; când se află cineva întru ascultare nefățarnică. Aceștia trei de o lucrare sunt»".

Din „Patericul" Sfântului Ierarh Ignatie (Briancianinov)

Despre suferințele pruncilor

Despre aceasta l-a întrebat Cuviosul Grigorie pe Fericitul Nifon (episcopul Constantianei Ciprului), zicând:

„Iată, părinte, văd că pătimesc prunci în boli cumplite: ce păcat au făcut aceștia? Cum să înțeleg, de ce-i lovește Dumnezeu?"

A răspuns Fericitul:

„Când se înmulțesc păcatele omenești și răutatea oamenilor nu se mai vindecă, Domnul răpește la Sine pruncii lor și trimite asupră-le boli multe și grele, ca prin aceasta să-i aducă la întreaga înțelepciune pe părinții lor. Văzând chinurile copiilor lor, care n-au săvârșit păcat, oare aceștia nu se vor înfricoșa și nu se vor întoarce spre pocăință? Oare nu vor striga: «Vai nouă, păcătoșilor, că pentru fărădelegile noastre se chinuie pruncii fără de răutate! Ce va fi, dar, cu noi, ticăloșii, în Ziua cea Înfricoșată a celei de-a doua veniri a Domnului?» Și dacă, văzând aceasta, părinții nu se vor îndrepta, ci vor rămâne întru păgânătatea de mai înainte, vor fi supuși unui și mai groaznic chin, fiindcă au fost pedepsiți și nu

s-au învățat minte. Iar copiilor care aici au suferit și au fost chinuiți ca părinții să se întoarcă la pocăință Domnul le va da în schimb cununile nestricăciunii și cinstiri în veacul vieții fără de sfârșit".

„Dar, părinte sfinte", i-a răspuns Cuviosul Grigorie Fericitului Nifon, „doar în Scriptură scrie că fiecare după faptele sale va primi, dar nu s-a zis că și pentru păcatele altuia".

A grăit Fericitul Nifon:

„Milostivul Domn vede împietrirea și nechibzuința inimii omenești – căci mulți, care trăiesc în lume luând asupră-și osteneli mari de dragul slavei deșarte, cârtesc împotriva lui Dumnezeu și în întristarea lor cheamă chiar moartea, dar de păcatele lor nu se pocăiesc și pentru sufletele lor nu se îngrijesc. Tocmai din pricina aceasta Domnul îi pedepsește atât pe copii, cât și pe părinți cu felurite necazuri, ca prin suferința copiilor să curețe fărădelegile părinților, să-i facă pe părinți să aducă prinos de pocăință și astfel să le găsească îndreptățire la Înfricoșata Sa Judecată. Așadar, să știi, fiule, că pruncii fără de păcat pătimesc ca pentru moartea lor cumplită să primească viața nestricăcioasă, iar părinții lor să se învrednicească pentru pătimirile lor de întreaga înțelepciune a pocăinței adevărate".

Din cartea lui Serghei Nilus
„Sfințenia sub obroc"

Despre slujirea bolnavilor

„Îngrijește pe cei bolnavi, în primul rând ca prin aceasta să te faci milostiv, precum am zis adesea; pe lângă asta, când te vei îmbolnăvi la rându-ți, Dumnezeu va ridica om care îți va sluji, căci El a zis: *Cu ce măsură veți măsura, cu aceea se va măsura vouă* (Mt. 7, 2).

Unii slujesc bolnavilor, dar slujesc ca să primească plată; acesta este lucru lipsit de înțelepciune. Drept aceea, dacă va păți vreun necaz, lesne îl va abate de la această faptă bună și nu va ajunge la sfârșitul ei, fiindcă o săvârșește fără înțelepciune. Iar cel care slujește cu înțelepciune o face ca să dobândească inimă milostivă, ca să câștige simțământul împreună-pătimirii – fiindcă orice s-ar întâmpla celui ce are astfel de scop, fie că pățește necaz din afară, fie că se împuținează cu sufletul asupra lui chiar bolnavul, el rabdă totul fără de tulburare, urmărind scopul său și știind că mai mult bine îi face lui bolnavul decât el bolnavului. Credeți-mi: cine slujește cu înțelepciune bolnavilor, acela se slobozește și de patimi, și de lupte. Cunosc un frate care a răbdat luptă de la gândurile necurate și s-a slobozit de ele slujind cu înțelepciune unui bolnav care suferea de hidropică".

Avva Dorothei

„Odată, Avva Agaton a aflat pe o uliță în cetate un bolnav străin. După ce și-a vândut lucrul său

de mână, Bătrânul a închiriat o locuință pentru bolnav și a rămas pe lângă el patru luni până ce s-a făcut sănătos acela".

Din „Patericul" Sfântului Ierarh Ignatie (Briancianinov)

Din scrierile Sfântului Ierarh Teofan Zăvorâtul

„E bine că ați rânduit să se facă rugăciune pentru fiica dumneavoastră. Două molifte pe săptămână și pomenire la proscomidie. S-ar părea că este destul. Dar cine se roagă cu durere pentru bolnavă? Dumnezeu ia aminte la rugăciune atunci când pentru bolnav se roagă cineva cu sufletul. Dacă nimeni nu suspină din suflet, slujba va fi o polilogie, iar rugăciune adevărată pentru bolnavă nu va fi. La fel cu proscomidia, la fel și cu liturghia. Dumneavoastră mergeți la slujbele pe care le-ați comandat? Dacă nu, credința dumneavoastră este fără putere... Slujbele le-ați comandat – însă dând bani ca să se roage alții, dumneavoastră v-ați lepădat de pe umeri orice grijă... Nu este nimeni care să se îndurereze pentru bolnavă. Celor care săvârșesc slujba nici prin minte nu le trece să se îndurereze cu sufletul înaintea Domnului pentru cei pe care îi pomenesc la slujbe... Și de unde să se îndurereze ei pentru toți?

Altceva este când sunteți de față la slujbă atunci când este pomenită N... Atunci durerea dumneavoastră este purtată de rugăciunea Bisericii și

înălțată mai grabnic la Scaunul lui Dumnezeu... Și face îndurerată însăși rugăciunea Bisericii chiar dacă cei care slujesc nu sunt îndurerați. Vedeți deci unde stă puterea! Mergeți la slujbe dumneavoastră înșivă și îndurerați-vă cu sufletul pentru bolnavă... Și treaba va ieși bine. În biserică, la liturghie, frângeți-vă sufletul în vremea proscomidiei și mai ales când după *Pe Tine Te lăudăm* se cântă cântarea Născătoarei de Dumnezeu *Cuvine-se cu adevărat*. Atunci sunt pomeniți din nou viii și morții...

Pomenirea la liturghie este mai puternică decât numai cea de la proscomidie fiindcă ea arată o mai puternică împreună-pătimire a dumneavoastră cu bolnava și totodată credința și nădejdea cât se poate de tare că Domnul nu vă va părăsi cu ajutorul Său. Unde să dați liturghii? Unde vă trage sufletul, acolo să dați...

Lucrul cel mai însemnat e însă durerea sufletului dumneavoastră pentru bolnavă. Și ajutați mai mult săracilor. Nu numai celor care umblă pe stradă, ci dați ușurare unei familii apăsate de sărăcie. Rugăciunea ei vă va ușura povara de pe inimă...

Să vă binecuvânteze Dumnezeu pe voi, pe toți".

„Nu încape îndoială că a te trata nu este păcat – dar nu este lipsită de preț nici jertfa multora, care din credință și din răbdare nu s-au folosit de acest mijloc. În atare caz trebuie să răbdați însă cu inimă bună, ca să nu cădeți în cârtire. Cârtirea este deja păcat. Cine nu simte în sine bărbăția cuvenită (păcătoși suntem toți), mai bine să ceară

ajutorul medicilor, așteptând ajutor tot de la Dumnezeu, fiindcă El dă pricepere medicilor".

„Mila lui Dumnezeu fie cu dumneavoastră! Sunteți tot bolnavă... Îmi pare foarte rău. Să vă ajute Domnul fie să vă însănătoșiți, fie să îndurați cu seninătate boala. Să fie nu precum voim noi, ci precum Dumnezeu vrea.

Împotrivirea dumneavoastră față de indicațiile doctorilor nu prea e vrednică de laudă... Dumnezeu a făcut și doctorii, și doctoriile – nu pentru a exista degeaba, ci pentru ca de ei să se folosească bolnavii. Totul e de la El; El îngăduie ca omul să bolească și tot El ne-a înconjurat cu mijloace de vindecare. Dacă a păzi darul dumnezeiesc al vieții este o datorie, tot datorie este și a te trata atunci când ești bolnav. Poți să nu te tratezi, așteptând vindecare de la Dumnezeu, dar asta presupune o mare îndrăzneală. Poți să nu te tratezi ca să-ți călești răbdarea, încredințându-te voii lui Dumnezeu, dar acesta este un lucru foarte înalt, și atunci fiecare „of!" i se socoate omului drept vină; aici are loc doar bucuria plină de recunoștință... Domnul să vă îndrepteze ca să aveți cea mai bună așezare sufletească! Oricum, dumneavoastră aveți ce să răbdați. De ce vreți să luați singură toate cununile?

Ouăle sunt bune pentru anemie. Puteți lua și medicamente cu fier. Dacă doctorii vă prescriu asta, le puteți lua. Puteți bea ca doctorie și supă de carne: nu este spre desfătarea trupului, ci din nevoie; este o parte a datoriei de a vă trata".

„Mila lui Dumnezeu fie cu dumneavoastră!

Aveți o bună așezare a duhului. Totul este cum se cuvine pentru situația în care vă aflați acum. Mă mângâi cu asta și rog pe Domnul să păzească în dumneavoastră lucrul acesta până la sfârșit.

În toate fie voia lui Dumnezeu. Dacă va da Domnul să vă însănătoșiți, fie voia Lui. Dacă vă va lăsa bolnavă, ținându-vă în viață, fie voia Lui. Totul va fi spre bine dacă vă veți încredința în mâinile lui Dumnezeu.

Despre puterile tămăduitoare ale anafurei și ale aghiasmei mari am auzit și eu. Totuși, fie voia lui Dumnezeu. Dar doctorii nu luați?! Trebuie să ne folosim și de unele, și de celelalte – și de cele dumnezeiești, și de cele omenești... Și în mijloacele omenești este lucrare vindecătoare de la Dumnezeu. La cel ce are această credință, și omenescul se preface în dumnezeiesc... sau vine dumnezeiescul prin omenesc".

Vindecarea lui N. A. Motovilov de către Cuviosul Serafim din Sarov

„Cu un an înainte să-mi dea porunca de a sluji Maicii Domnului pe lângă mănăstirea Diveevo, marele Bătrân Serafim m-a tămăduit de suferințe grele și necrezut de mari, reumatice și de alte feluri, însoțite de slăbirea întregului trup, de «tăierea» picioarelor, care se chirciseră și la genunchi

se umflaseră, și de escare[14] pe spate și pe coaste. De toate acestea am pătimit mai bine de trei ani.

În 1831, pe 19 septembrie, batiușka Serafim m-a vindecat doar cu cuvântul de toate bolile mele. Și vindecarea aceasta a fost în felul următor: am poruncit să fiu dus la batiușka Serafim, așa greu bolnav cum eram, din sătucul Britvino – de pe moșia mea Lukoianovsk din gubernia Nijnii Novgorod. Pe 5 septembrie 1831 am fost adus în mănăstirea Sarov; pe 7 și pe 8 septembrie, în ziua Nașterii Maicii Domnului, m-am învrednicit să am primele două convorbiri cu batiușka Serafim – înainte de prânz și după prânz – în chilia lui mănăstirească, dar vindecare n-am căpătat atunci. În ziua următoare, 9 septembrie, am fost adus la el, la sihăstria lui din apropiere, lângă izvorul lui. Cei patru oameni care mă aduseseră pe brațe, împreună cu un al cincilea care îmi ținea capul, m-au dus la părintele, care stătea de vorbă cu mulțimea de popor venită la el. Atunci, lângă un pin mare și foarte gros, aflat până acum (anii '60 ai secolului al XIX-lea) pe malul râulețului Sarovka, m-au pus pe fânațul părintelui. La rugămintea mea de a mă ajuta și de a mă vindeca, a zis:

– Păi eu nu-s doctor. La doctori trebuie să meargă cineva care vrea să se facă bine.

I-am povestit cu de-amănuntul necazurile mele și că încercasem toate mijloacele de tratament, și anume: alopatic mă tratasem la vestiții doctori

[14] Ulcerații ce pot apărea în urma rămânerii îndelungate a bolnavilor la orizontală, fără schimbarea poziției (n. tr.)

din Kazan – Vasili Leontievici Telie și rectorul Universității Imperiale din Kazan, Karl Feodorovici Fuchs, medic chirurg care, prin cunoștințele și prin reputația sa de practician, era destul de cunoscut nu numai în Kazan și în Rusia, ci și în străinătate; cu hidropatie – la apele minerale sulfuroase din gubernia Samarei; am făcut un curs complet de tratament homeopatic cu doctorul Piterson din Penza, discipol al însuși întemeietorului și inventatorului acestei metode, Hahnemann. Nici un mijloc de acest fel nu mi-a adus însă vindecarea suferințelor mele, drept care nu mai am altă nădejde de a dobândi vindecare de boli decât prin harul lui Dumnezeu. Dar păcătos fiind și neavând îndrăznire eu însumi către Domnul Dumnezeu, cer sfintele lui rugăciuni ca Domnul să mă vindece. Batiușka m-a întrebat:

– Dar credeți oare în Domnul Iisus Hristos că este Dumnezeu-Om și în Preacurata Lui Maică, de Dumnezeu Născătoarea, că este Pururea Fecioară?

Am răspuns:

– Cred!

– Dar credeți oare – a continuat să mă întrebe – că Domnul, precum în timpul vieții Sale pământești vindeca într-o clipă, doar prin cuvântul Său sau prin atingerea Sa, toate bolile omenești, și acum poate la fel de ușor și într-o clipită să vindece pe cei care cer ajutor doar prin cuvântul Său, și că mijlocirea către El a Maicii lui Dumnezeu pentru noi este atotputernică, și că prin această mijlocire Domnul Iisus Hristos poate și acum, tot într-o clipă, să vă vindece?

Am răspuns că într-adevăr cred toate acestea cu tot sufletul meu și cu toată inima mea, și că de nu aș fi crezut n-aș fi poruncit să fiu dus la el.

– Dar dacă credeți – a încheiat el – sunteți de-acuma sănătos!

– Cum sănătos? – am întrebat – de vreme ce sunt ținut pe brațe de oamenii mei și de dumneavoastră?

– Nu! – mi-a zis el. În sfârșit, tot trupul dumneavoastră este sănătos cu desăvârșire!

Și le-a poruncit celor ce mă țineau pe brațe să se depărteze de la mine, și luându-mă chiar el de umeri, m-a ridicat de la pământ, m-a pus pe picioare și mi-a grăit:

– Stați mai cu nădejde, proptiți-vă mai tare picioarele în pământ... uite așa! Nu vă fie frică! Acum sunteți sănătos cu desăvârșire.

Apoi a adăugat, privind la mine cu bucurie:

– Iată, vedeți ce bine stați pe picioare acum?

Eu am răspuns:

– Stau bine de nevoie, fiindcă mă țineți strâns și tare!

La care el, luându-și mâinile de pe mine, a zis:

– Poftim, uite că de acum nu vă mai țin, iar dumneavoastră stați tot atât de bine și fără mine; deci mergeți cu îndrăznire, batiușka, Domnul v-a vindecat! Mergeți, urniți-vă din loc!

Luându-mă de mână cu o mână, iar cu cealaltă împingându-mă puțin de umeri, a mers cu mine pe iarbă și pe pământul vălurit din jurul pinului celui mare, zicând:

– Iată, iubitorule de Dumnezeu, ce bine aţi mers!

Eu am răspuns:

– Da, fiindcă aţi binevoit să mă sprijiniţi!

– Nu! – mi-a zis el, luându-şi mâna de pe mine. Însuşi Domnul a binevoit a vă vindeca cu desăvârşire, şi Însăşi Maica lui Dumnezeu L-a rugat pentru acest lucru. Acum veţi merge şi fără mine şi totdeauna veţi umbla bine; porniţi deci! – şi a început să mă împingă ca s-o iau din loc.

– Dar aşa o să cad şi o să mă lovesc! – am spus eu.

– Nu! – mi-a tăiat-o el. Nu vă veţi lovi, ci veţi umbla fără clătinare...

Simţind în mine o putere care m-a adumbrit atunci de Sus, am prins puţin curaj şi am păşit cu siguranţă. Atunci el m-a oprit deodată şi a zis:

– De-acum ajunge!

Şi a întrebat:

– Acum v-aţi încredinţat că într-adevăr Domnul v-a vindecat cu desăvârşire de toate bolile?.. Depărtat-a Domnul fărădelegile dumneavoastră, şi păcatele dumneavoastră le-a curăţit Domnul. Vedeţi ce minune a făcut Domnul acum cu dumneavoastră?! Deci să credeţi totdeauna fără de îndoire în El, Hristos Mântuitorul nostru, şi să nădăjduiţi fără clintire în îndurarea Lui faţă de dumneavoastră; cu toată inima să-L iubiţi, şi să vă lipiţi de El cu tot sufletul dumneavoastră, şi totdeauna să nădăjduiţi fără clintire în El, şi să mulţumiţi Împărătesei Cerurilor pentru marile Ei mile faţă de dumneavoastră. Dar întrucât greaua sufe-

rință de trei ani v-a istovit, acum să umblați nu mult dintr-o dată, ci treptat: puțin câte puțin să vă deprindeți cu umblatul și să vă păziți sănătatea ca pe un dar de preț al lui Dumnezeu!..

A mai vorbit destul de mult cu mine, apoi m-a trimis la arhondaric sănătos cu desăvârșire.

Așadar, oamenii mei au mers singuri din pădure și de la sihăstrie până la mănăstire, dând mulțumită lui Dumnezeu pentru minunatele Lui mile față de mine, pe care le-a arătat chiar sub ochii lor, iar eu, împreună cu părintele Gurie, arhondarul, m-am așezat fără ajutor omenesc în trăsură, întorcându-mă la arhondaricul mănăstirii Sarov. Iar întrucât mulți rugători erau cu mine când am fost vindecat, s-au întors înaintea mea la mănăstire, vestind tuturor despre această minune mare".

Rugăciune către Cuviosul Serafim din Sarov

O, preaminunate părinte Serafime, mare făcător de minuni din Sarov, grabnic ascultătorule al tuturor celor care la tine aleargă! În zilele vieții tale pământești nimeni n-a plecat de la tine deșert și nemângâiat, ci tuturor întru desfătare le-a fost vederea feței tale și glasul cel lesne îndupleсător al cuvintelor tale. Pe lângă acestea, darul tămăduirilor, darul străvederii, darul vindecării sufletelor neputincioase din belșug întru tine s-au arătat. Iar când te-a chemat Dumnezeu de la ostenelile pământești la odihna cerească, nicicând nu s-a depărtat dragostea ta de noi, și

cu neputință este a număra minunile tale, care s-au înmulțit ca stelele cerului; iată că în toate marginile țării noastre oamenilor lui Dumnezeu te arăți și vindecări le dăruiești. Pentru aceasta și noi strigăm ție: o, prealinule și preablândule bineplăcut al lui Dumnezeu, rugătorule plin de îndrăznire către Dânsul, care nicicând nu lepezi pe cei ce se roagă ție! Înalță pentru noi rugăciunea ta cea cu bună tărie către Domnul puterilor, să ne dăruiască nouă toate cele de bună treabă întru această viață și toate cele de folos spre mântuirea sufletului, să ne ferească de căderile în păcat și la adevărata pocăință să ne învețe, ca fără de împiedicare să intrăm în veșnica Împărăție a Cerurilor, unde acum întru slavă neapropiată strălucești, și acolo să lăudăm dimpreună cu sfinții toți pe Treimea Cea de viață Începătoare în vecii vecilor. Amin.

Povețe ale Cuviosului Serafim din Sarov

Despre Dumnezeu

Dumnezeu este foc, care încălzește și înflăcărează inimile și rărunchii. Așadar, dacă vom simți în inimile noastre răceală, care e de la diavol, fiindcă diavolul este rece, să Îl chemăm pe Domnul. Venind, El va încălzi inima noastră cu dragoste desăvârșită nu numai către Dânsul, ci și că-

tre aproapele. Şi de la faţa căldurii va fugi răceala urâtorului de bine.

Când au fost întrebaţi, Părinţii au scris: Caută-L pe Domnul, dar nu întreba unde locuieşte El. Unde este Dumnezeu, acolo nu se află rău. Tot ce vine de la Dumnezeu este paşnic şi de folos şi duce pe om la osândirea de sine şi la smerenie. Dumnezeu ne arată iubirea Sa de oameni nu doar când facem binele, ci şi atunci când Îl jignim şi Îl mâniem cu păcatele.

Cu câtă îndelungă răbdare suferă El fărădelegile noastre! Şi când ne pedepseşte, cu câtă milostivire ne pedepseşte!...

Cu privire la lucrurile lui Dumnezeu, nu judeca după saţul pântecelui tău: cu pântecele plin, despre ce cunoaştere a tainelor Dumnezeieşti poate fi vorba?

Despre credinţă

Credinţa cea adevărată nu poate rămâne lipsită de fapte; cine crede cu adevărat, acela face negreşit şi fapte bune.

Despre luarea-aminte la sine

După învăţătura Sfinţilor Părinţi, pe lângă fiecare om se află doi îngeri: unul bun, altul rău. Îngerul bun este lin, blând şi liniştit. Când intră în inima omului, vorbeşte cu el despre dreptate, curăţie, cinste, linişte, despre tot lucrul bun şi despre toată fapta bună. Când simţi în inima ta aceasta, e limpede că în ea se află îngerul dreptă-

ţii. Iar duhul cel viclean este amarnic, împietrit şi nebun. Când intră el în inima ta, cunoaşte-l după faptele lui...

Pune semn şi intră necontenit în inima ta, şi vezi ce patimi au ajuns neputincioase înaintea ta, care au fost nimicite, care au început să amuţească în urma însănătoşirii sufletului tău – şi nu numai a depărtării lucrului care le-a stârnit – şi pe care te-ai deprins să le birui cu înţelegerea ta – iar nu numai prin lipsirea de pricinile patimii.

Despre pacea sufletului

Semnul vieţii duhovniceşti este cufundarea omului înlăuntrul său şi lucrarea cea ascunsă în inima sa... Când omul vine întru aşezarea cea paşnică, atunci el poate de la sine şi asupra altora să reverse strălucirea luminării înţelegerii.

Despre păzirea păcii sufleteşti

Trebuie să ne străduim, luând toate măsurile, spre păzirea păcii sufleteşti şi să nu ne tulburăm de jignirile de la alţii; pentru aceasta, trebuie să ne înfrânăm în tot chipul de la mânie şi să ne păzim mintea şi inima prin mijlocirea luării-aminte de clătinările cele necuviincioase. Jignirile de la alţii trebuie răbdate fără de tulburare, deprinzându-ne să le primim ca şi cum n-ar fi vorba despre noi. Această deprindere poate să aducă inimii noastre liniştea şi să o facă locaş al lui Dumnezeu Însuşi...

Despre nevoințe

Nu trebuie să întreprindem nevoințe peste măsură... Trebuie să mergem pe calea cea de mijloc, fără să ne abatem nici la dreapta, nici la stânga (cf. Pilde 4, 27): duhului să-i dăm cele duhovnicești, iar trupului cele trupești, ce sunt de trebuință pentru păstrarea vieții vremelnice.

Nu trebuie nici să tăgăduim vieții obștești ceea ce ea în chip legiuit cere de la noi, ci să împlinim cuvintele Scripturii: *Dați cezarului ce este al cezarului, și lui Dumnezeu ce este al lui Dumnezeu* (Mt. 22, 21).

Despre lumina lui Hristos

Când omul vede lăuntric lumina veșnică, mintea lui este curată și nu are în sine nici un fel de chipuri simțite, ci fiind cu totul cufundată în vederea frumuseții nezidite uită de toate cele simțite, nu vrea să se vadă nici pe sine însuși...

Despre post

Postul stă nu numai în a mânca rar, ci și în a mânca puțin; și nu numai în a mânca o singură dată, ci și în a nu mânca mult... De mâncat trebuie să mâncăm în fiecare zi atât cât trupul, întărindu-se, să fie prieten și ajutător sufletului în săvârșirea faptei bune: altminteri, slăbănogindu-se trupul, și sufletul poate să cadă în neputință. În zilele de vineri și de miercuri, și mai ales în cele

patru posturi, trebuie să mâncăm o dată în zi, după pilda Părinților – și îngerul Domnului se va lipi de noi.

Despre gândurile și mișcările trupești

Nu este unire între putoare și buna mireasmă. Câtă vreme fiii Babilonului, adică mișcările și gândurile rele, sunt încă prunci, trebuie să-i zdrobim de piatră, care este Hristos; iar mai ales trebuie să zdrobim următoarele trei patimi: lăcomia pântecelui, iubirea de argint și slava deșartă, cu care s-a încumetat viclenia diavolului să-L ispitească chiar și pe Însuși Domnul nostru Iisus Hristos la sfârșitul nevoințelor Lui din pustie.

Despre răbdare și smerenie

Trebuie să răbdăm totdeauna și toate, orice s-ar întâmpla, pentru Dumnezeu, cu recunoștință. Viața noastră e doar o clipă față de veșnicie...

Despre întristare

Întristarea este vierme al inimii, care roade maica ce i-a dat naștere.

Cine a biruit patimile, acela a biruit și întristarea. Cine iubește lumea, aceluia cu neputință îi este să nu se întristeze.

Despre viața făptuitoare (activă) și cea văzătoare (contemplativă)

Omul este alcătuit din suflet și trup, și ca atare calea vieții lui trebuie să fie alcătuită din lucrări trupești și lucrări sufletești, din făptuire și vedere duhovnicească.

Calea vieții făptuitoare este alcătuită din: post, înfrânare, priveghere, plecarea genunchilor, rugăciune și celelalte nevoințe trupești, care alcătuiesc calea cea strâmtă...

Calea vieții văzătoare stă în ridicarea minții către Domnul Dumnezeu, în luarea-aminte a inimii, în rugăciunea minții și în vederea lucrurilor duhovnicești, care se face prin lucrările acestea.

Dumnezeu ne-a poruncit doar vrăjmășia asupra șarpelui. Ne-a poruncit și să dușmănim duhurile răutății.

De ce îi osândim pe frații noștri? Pentru că nu ne străduim să ne cunoaștem pe noi înșine. Osândește-te pe tine însuți, și vei înceta să-i mai osândești pe alții. Osândește fapta rea, dar pe făptuitor nu îl osândi.

Din convorbirea Cuviosului Serafim din Sarov cu un monah

„...M-am îndulcit de cuvântul Domnului meu Iisus Hristos, unde grăiește: *În casa Tatălui Meu multe locașuri sunt* (pentru cei care slujesc Lui și proslăvesc Numele Lui cel sfânt). Asupra acestor cuvinte ale lui Hristos Mântuitorul eu, sărmanul,

am stăruit, şi am poftit să văd locaşurile acelea cereşti, şi am rugat pe Domnul meu Iisus Hristos să-mi arate locaşurile acelea; şi Domnul nu m-a lipsit pe mine, sărmanul, de mila Sa; El a plinit dorirea şi cererea mea: iată că am şi fost răpit în aceste locaşuri cereşti – atâta doar că nu ştiu dacă în trup sau afară de trup, Dumnezeu ştie; lucrul acesta este de nepătruns cu mintea. Iar despre bucuria şi dulceaţa cerească pe care am gustat-o acolo nu este cu putinţă să-ţi povestesc". Zicând acestea, părintele Serafim a tăcut... Şi-a plecat capul, netezind lin cu mâna în dreptul inimii; faţa a început treptat să i se schimbe, şi în cele din urmă s-a luminat atât de tare, încât era cu neputinţă să îl priveşti. În vremea tainicei lui tăceri părea că priveşte plin de umilinţă ceva. După aceea, părintele Serafim a grăit din nou: „Ah, dacă ai şti ce bucurie, ce desfătare aşteaptă sufletul dreptului în ceruri, te-ai hotărî să înduri cu recunoştinţă în viaţa aceasta pământească toate necazurile, prigoanele şi clevetirile. Dacă această chilie pe care o vezi (şi arătă chilia sa) ar fi plină de viermi şi dacă aceşti viermi ar roade trupul nostru în toată viaţa cea vremelnică, cu toată dorirea te-ai învoi la asta, doar să nu te lipseşti de bucuria cea cerească pe care a gătit-o Dumnezeu celor ce Îl iubesc pe Dânsul. Dar dacă nici Sfântul Apostol Pavel n-a putut povesti acea slavă şi bucurie cerească, ce altă limbă omenească poate să povestească frumuseţea locaşurilor de sus, în care se vor sălăşlui sufletele drepţilor!?"

Sfârşit şi lui Dumnezeu slavă!

am stăruit și am poftit să văd locașurile acelea cerești, și am rugat pe Domnul meu Iisus Hristos să-mi arate locașurile acelea; și Domnul nu m-a lipsit pe mine, sărmanul, de mila Sa. El a primit dorința și cererea mea: iată că am și fost răpit în aceste locașuri cerești – acolo doar că nu știu dacă în trup sau afară de trup, Dumnezeu știe; lucrul acesta este de nepătruns cu mintea. Dar despre bucuria și dulceața cerească pe care am gustat-o acolo nu este cu putință să-ți povestesc".

Zicând acestea, părintele Serafim a tăcut... Și-a plecat capul, netezind lin cu mâna în dreptul inimii; fața a început treptat să i se schimbe, și în cele din urmă s-a luminat atât de tare, încât era cu neputință să îl privești. În vremea tăcerii lui tăcerii părea că privește plin de uimire ceva. După aceea, părintele Serafim a grăit din nou:

„Ah, dacă ai ști ce bucurie, ce desfătare așteaptă sufletul dreptului în ceruri, te-ai hotărî să înduri cu recunoștință în viața aceasta pământească toate necazurile, prigoanele și clevetirile. Dacă această chilie pe care o vezi (arătând chilia sa) ar fi plină de viermi și dacă acești viermi ar roade trupul nostru în toată viața cea vremelnică, cu toată dorirea te-ai învoi la asta, doar să nu te lipsești de bucuria cea cerească pe care a gătit-o Dumnezeu celor ce Îl iubesc pe Dânsul. Dar dacă nici Sfântul Apostol Pavel n-a putut povesti acea slavă și bucurie cerească, ce altă limbă omenească ar putea să povestească frumusețea locașurilor de sus, în care se vor sălășlui sufletele drepților?!"

Sfârșit și lui Dumnezeu slavă!

Cuprins

Cuvânt înainte 5
Cauzele bolilor psihice: perspectiva ortodoxă . .7
Informaţii generale .9
Câteva dintre simptomele tulburărilor psihice .11
Scurtă descriere a câtorva boli psihice 14
Bolile „naturale" 16
Tulburările psihice provocate de lucrarea demonică 19
Bolile sufletului – fenomen tainic 27
Psihologia pastorală 33
Despre ajutorarea bolnavilor 43
Nervozitatea: cauzele duhovniceşti şi manifestările ei 53
„Pe fond nervos..." 57
Despre psihoterapie 74
Despre psihologia care a pierdut sufletul . . .82
Psihologia ortodoxă (conspect) 86
Psihoterapia: abordarea ortodoxă 90
Scrisori ale colegilor 103
Exemple de acţiune distructivă asupra psihicului 109
Despre păcatul beţiei 121
Despre narcomanie şi narcomani 161
Despre păcatul fumatului 200
Nu fiţi părtaşi la lucrările întunericului 211
Răspunsuri la întrebări 218
Apendice 229
Sfinţii Părinţi,despre boli şi bolnavi 232

DIFUZARE:
S.C. Supergraph S.R.L.
Str. Biserica Alexe nr. 24, sector 4,
040269, Bucureşti
Tel., fax 021-336.79.13
e-mail: editura@sophia.ro
www.sophia.ro



MULTIPRINT
Tipografia MULTIPRINT S.A.
str. Bucium nr. 34, Iaşi - 700265
Tel: 0232-211225, 236388, Fax: 0232-211252

În antropologia creștină, integritatea personalității este văzută în unitatea manifestărilor duhovnicești, sufletești și trupești – și la această unitate se ajunge doar cu condiția înrâuririi precumpănitoare a sferei duhului.

Orice boală are în primul rând o natură duhovnicească și de-abia apoi psihofiziologică.

Abordarea duhovnicească a bolnavului nu subminează perspectiva medico-biologică, ci îmbogățește, completează și desăvârșește concepția despre personalitate.

Biserica privește bolile psihice ca pe una dintre manifestările vătămării generale de către păcat a naturii omenești. Distingând în structura personalității nivelul duhovnicesc, cel sufletesc și cel trupesc, Sfinții Părinți deosebeau bolile dezvoltate «din fire» de cele provocate de lucrarea demonică sau de patimile care îl înrobesc pe om. Potrivit acestei distincții, sunt la fel de nejustificate atât considerarea tuturor bolilor psihice drept manifestări ale îndrăcirii, ceea ce atrage după sine săvârșirea fără temei a rânduielii exorcismului, cât și tentativa de tratare a oricăror tulburări spirituale exclusiv prin metode clinice...



editura Σοφία